

رنگوں سے علاج کا منفرد طریقہ کار

رنگوں سے علاج

تجدید صحت سرانجام دیں۔

دماغ کو زوداثر بنائیں۔

50 سے زائد بیماریوں کے لیے سودمند رنگوں کا علم حاصل کریں۔

مصنف:

ٹیلی ویژن ریپورٹرز

تألیف و ترجمہ:

محمد زاہد ملک



رنگوں سے علاج کا منفرد طریقہ کار

رنگوں سے علاج

تجدیدِ صحت سرانجام دیں۔

دماغ کو زوداثر بنائیں۔

50 سے زائد بیماریوں کے لیے سودمند رنگوں کا علم حاصل کریں۔

مصنفہ
ڈاکٹر ایچ اے آر پی

تفصیلات درج ذیل:

محمد زاہد ملک



رنگوں سے علاج کا منفرد طریقہ کار

رنگوں سے علاج

How to Heal with Color

☆ تھریہ صحت سرانجام دیں۔

☆ دماغ کو زود و اثر بنائیں

☆ 50 سے زائد بیماریوں کے لیے سودمند رنگوں کا علم حاصل کریں

| مصنف |

ٹینڈر اینڈ ریوز

| تھیمس ڈرہم |

محمد زاہد ملک

چوہدری غلام رسول اینڈ سنز پبلشرز

الکے سٹیم مارکیٹ اردو بازار لاہور فون: 7233959-7243058



عنوانات

13	☆ رنگوں سے علاج کیسے ممکن ہے
14	☆ معصف کے بارے میں
15	☆ خصوصی نوٹ
17	☆ باب نمبر 1
17	☆ روشنی اور رنگ کی دنیا
19	☆ یہ ثابت کرنا کہ ہم منکس روشنی سے دیکھتے ہیں
21	☆ روشنی کی رفتار
21	☆ منشور
23	☆ ہم رنگ کیسے دیکھتے ہیں
25	☆ طبعی جسم کی توانائی کا تصور
26	☆ باب نمبر 2
26	☆ رنگ اور ان کے اثرات
27	☆ بنیادی اور ثانوی رنگ
27	☆ تیسرے درجے کے رنگ
28	☆ نفسیاتی تاثر سے رنگ

جہان حقوق تحت مائش محفوظ ہیں

نام کتاب : رنگوں سے علاج

مصنف : ٹیڈ اینڈریوز

تفصیلی وترجمہ : محمد زاہد ملک

پروف ریڈنگ : شبیر بخاری

اشاعت : 2009

کمپوزنگ : سپر گرافکس

پاش : چوہدری غلام رسول اینڈ سنز پبلشرز

پریس : اے۔ وائی پرنٹرز، آکٹ فال روڈ لاہور فون: 7151047

قیمت

نوٹ:-

قارئین سے درخواست ہے کہ ہماری تمام تر کوشش (ایکس پروف ریڈنگ سپیری پرنٹنگ) کے باوجود اس بات کا امکان ہے کہ کہیں کوئی غلطی پیش آگئی اور غلطی ہوئی ہو تو ہمیں مطلع فرمائیے تاکہ اس غلطی سے اصلاح میں اس غلطی یا غلطی کو دور کیا جاسکے۔ شکریہ (۱۱/۱۱/۱۱)

چوہدری غلام رسول اینڈ سنز پبلشرز

الہ آباد لاہور فون: 7233005-7243055

☆	انگوں کے معانی	29
☆	سفید	30
☆	سیاہ	30
☆	سرخ	31
☆	اورنج	31
☆	زرد	32
☆	سبز	32
☆	فیلا	33
☆	مکھڑا رنگ	33
☆	بھٹکی رنگ	34
☆	گلابی	34
☆	بیس	34
☆	شہری	34
☆	راگلی بیو	35
☆	اکوا	35
☆	فیروزہ	35
☆	ارغوانی	35
☆	چاندی	35
☆	برازن	36
☆	غام بناریاں اور مفید رنگ	36
☆	صورت حال اور مطابقت رکھنے والے رنگ	37

☆	باب نمبر 3	40
☆	رنگ کی انڈیکسری / ازدوجی کی نشوونما کرنا	40
☆	لس (چھوٹے کے ذریعے رنگوں کی قرانی	42
☆	لس کے ذریعے رنگوں کی قرانی	43
☆	دوہ حرارت میں تبدیلی	44
☆	رنگ کے لس (چھوٹے) کے ساتھ سرور و سرخ کرنے کا عمل	46
☆	رنگ کے ساتھ سرور و سرخ کا علاج	47
☆	باب نمبر 4	48
☆	پکڑوں (CHAKRAS) کے لیے رنگ قرانی	48
☆	پکڑا نظام	50
☆	تین پکڑا سرخ	50
☆	رنگ کا اطلاق	50
☆	جسمانی کارگزاریاں	51
☆	باجدطبیعیاتی کارگزاریاں	51
☆	جذبائی / وقتی رویے جتنا قص کارکردگی کا باعث بنتے ہیں	51
☆	ضرورت سے زیادہ فعال میں پکڑا	51
☆	ضرورت سے کم فعال میں پکڑا	51
☆	تلقی پکڑا	52
☆	رنگ کا اطلاق	52
☆	جسمانی کارگزاریاں	52
☆	باجدطبیعیاتی کارگزاریاں	52

☆	ہند پاتی / وقتی روپے جو ناقص کارگزاری کا باعث بنتے ہیں	53
☆	ضرورت سے زیادہ فعال تلی کا پکرا	53
☆	ضرورت سے کم فعال میں پکرا	53
☆	سولر پلکس (SOLAR PLEXUS) پکرا	53
☆	جسمانی کارگزاریاں	53
☆	ماہد الطبیعیاتی کارگزاریاں	54
☆	ہند پاتی / وقتی روپے جو ناقص کارگزاری کا باعث بنتے ہیں	54
☆	ضرورت سے زیادہ فعال سولر پلکس پکرا	54
☆	ضرورت سے کم فعال سولر پلکس پکرا	54
☆	دل کا پکرا سنز	54
☆	رنگ کا اطلاق	54
☆	جسمانی کارگزاریاں	55
☆	ماہد الطبیعیاتی کارگزاریاں	55
☆	ہند پاتی / وقتی روپے جو ناقص کارگزاری کا باعث بنتے ہیں	55
☆	ضرورت سے کم فعال دل کا پکرا	55
☆	گلے کا پکرا غلا رنگ	56
☆	رنگ کا اطلاق	56
☆	جسمانی کارگزاریاں	56
☆	ماہد الطبیعیاتی کارگزاریاں	56
☆	ضرورت سے زیادہ فعال گلے کا پکرا	56
☆	ضرورت سے کم فعال گلے کا پکرا	56

☆	برو پکرا رنگ، رنگ کا اطلاق	57
☆	جسمانی کارگزاریاں	57
☆	ماہد الطبیعیاتی کارگزاریاں	57
☆	ہند پاتی / وقتی روپے جو ناقص کارگزاری کا باعث بنتے ہیں	57
☆	ضرورت سے زیادہ فعال برو پکرا	57
☆	ضرورت سے کم فعال برو پکرا	58
☆	کراؤن پکرا بنفشہ رنگ	58
☆	رنگ کا اطلاق	58
☆	جسمانی کارگزاریاں	58
☆	ماہد الطبیعیاتی کارگزاریاں	58
☆	ہند پاتی / وقتی روپے جو ناقص کارگزاری کا باعث بنتے ہیں	59
☆	ضرورت سے زیادہ فعال کراؤن پکرا	59
☆	ضرورت سے کم فعال کراؤن پکرا	59
☆	پکروں کی نقیصہ کامل	59
☆	پکروں کے درجہ کی ہڈی سے روابط	60
☆	مخالف رنگوں کا چارٹ	63
☆	پکروں کے لیے رنگ قرانی	63
☆	پکرا کھر قرانی (پکرا رنگ قرانی)	66
☆	باب نمبر 5	67
☆	جن رنگوں کی ضرورت درج ہے ان کی نقیصہ مراحیم دینے کا مکمل	67
☆	ریٹس جیسیہ کا ذریعہ رنگ قرانی کی نقیصہ کامل	67

☆	☆	یہ طریقہ کچھ طرح کام کرتا ہے
☆	☆	پینڈولم کی عام اقسام
☆	☆	پینڈولم کی حرکات کی پروگرامنگ سرانجام دینا
☆	☆	کن شیالوجی کے ذریعے رنگ قرانی کی نقیص سرانجام دینا
☆	☆	پینڈولم کے ساتھ رنگوں کی نقیص سرانجام دینا
☆	☆	پٹے کے ٹیسٹ کے ذریعے رنگ کی نقیص کا عمل
☆	☆	اپنے چھٹے کی ٹیسٹنگ کا عمل
☆	☆	ضروریات کی شناخت کے بعد رنگ کا اطلاق کرنا
☆	☆	باب نمبر 6
☆	☆	ہوا اور پانی کے ساتھ رنگ قرانی
☆	☆	عام رنگدار سائنس لینے کا عمل
☆	☆	سرخ سائنس
☆	☆	گلابی سائنس
☆	☆	اورنج سائنس
☆	☆	زرد سائنس
☆	☆	سبز سائنس
☆	☆	نیلا سائنس
☆	☆	سمہ نیلا سائنس
☆	☆	فیروزہ سائنس
☆	☆	بنفسی سائنس
☆	☆	ارغوانی سائنس

☆	☆	پانی کے ساتھ رنگ قرانی
☆	☆	رنگدار پانی کے ساتھ شفا یابی
☆	☆	باب نمبر 7
☆	☆	رنگوں کی پریکٹیکلنگ
☆	☆	رنگ کالس
☆	☆	سکس کے ذریعے شفا یابی
☆	☆	شفا یابی میں روشنی کی پریکٹیشن
☆	☆	مجموعوں کے ذریعے رنگ تحقیق کرنا
☆	☆	رنگ دار سلائڈ سے علاج کا انعقاد
☆	☆	طویل فاصلے پر رنگ سے علاج
☆	☆	باب نمبر 8
☆	☆	موسم تہوں کے ساتھ علاج
☆	☆	موسم حق کے استعمال کے بنیادی قوانین
☆	☆	موسم حق کے رنگ
☆	☆	سلیب موسم حق
☆	☆	سیاہ موسم حق
☆	☆	سرخ موسم حق
☆	☆	گلابی موسم حق
☆	☆	اورنج موسم حق
☆	☆	زرد اور نسیمی موسم حق
☆	☆	سبز موسم حق

☆	تکلیف سہتی	112
☆	گرے اور سلور موسم	113
☆	براقن موسم	113
☆	نقش اور اغوائی موسم	113
☆	موسم تہوں کے ساتھ علاج کا طریقہ کار	113
☆	نگون	114
☆	مریخ	114
☆	کرس	114
☆	عس راج گوشہ قش	115
☆	چو شعاعوں کا حامل اشار	115
☆	سات شعاعوں کا حامل اشار	115
☆	موسم تہوں کے ساتھ علاج کا آلے آؤٹ	115
☆	موسم تہوں کے ساتھ غیر ماضر مریخ کا علاج	118
☆	باب نمبر 9	120
☆	رنگوں کا درست	120
☆	علم نجوم کے حوالے سے رنگوں کی روایت I	121
☆	علم نجوم کے حوالے سے رنگوں کی روایت II	122
☆	زندگی کا تہلک درست	124
☆	زندگی کے درست کے شیطانی کے فرشتے	126
☆	زندگی کی شیطانی کی بہارتوں کا درست	135
☆	تفلی صفحات کا سراغ	136

☆	باب نمبر 10	141
☆	چار دنیاؤں کے رنگ	141
☆	چار دنیاؤں	142
☆	زندگی کا درست تمام چاروں دنیاؤں میں	143
☆	چار دنیاؤں کی کریم	145
☆	نگوت	147
☆	یاسود	147
☆	مرد	147
☆	نٹ زنج	148
☆	شپ ہارم	148
☆	جیہورا	148
☆	چوٹ	149
☆	نجاہ	149
☆	چوکا	149
☆	کیتھر	150
☆	فورنڈلکراکیم کے ساتھ علاج کی بہارتیں	150
☆	چاروں سمتوں میں سانس لینا	151
☆	سادہ رنگ پر پیش	151
☆	تمام دستوں پر موسمی سے علاج	152
☆	زندگی کے درست کی بہارتی	153
☆	زندگی کے درست کی بہارتی	154

رنگوں سے علاج کیسے ممکن ہے

ہمیں شفا اپنے اندر سے حاصل ہوتی ہے۔ ہمارا جسم اپنی صحت بحال کرنے کی بہترین اہلیت رکھتا ہے۔ روایتی ادویات بیماری رفع تو کر سکتی ہیں لیکن بیماری کی وجہ رفع نہیں کر سکتیں۔ جدید طب ہنوز اس امر سے نا آشنا ہے کہ مختلف بیماریاں کیسے ظہور پزیر ہوتی ہیں۔ وہ اس بارے میں یقین کے ساتھ کچھ نہیں کہہ سکتی۔ بیماریاں کیوں بعض لوگوں کو متاثر کرتی ہیں اور بعض لوگوں کو کیوں متاثر نہیں کرتیں؟ کیا وجہ ہے کہ کچھ لوگ بیماریوں یا دیگر مسائل کا زیادہ شکار ہوتے ہیں؟ ایسے الفاظ جیسے دائرس..... بکٹیریا..... کنزورسزم وغیرہ..... یہ حقیقی وضاحتیں ہرگز نہیں ہیں۔ دائرس اور بکٹیریا یا ہر وقت ہمیں گھیرے رکھتے ہیں۔ تو پھر ایسا کیوں ہوتا ہے کہ کبھی کبھار ہم بیمار پڑ جاتے ہیں اور اکثر ہم بیمار نہیں پڑتے ذرا نظر کتاب آپ کو شفا یابی کی ان اہلیتوں سے آشنا کرے گی جو ہم سب کے اندر چھپاں ہیں۔ ہم اپنے جسم کی شفا یابی کی اہلیتوں سے خاطر خواہ استفادہ کر سکتے ہیں اور اپنے علم اور ذاتی ذمہ داری میں بھی خاطر خواہ اضافہ کر سکتے ہیں۔

☆☆☆

☆	نہک (AURA) کے اندر زندگی کا درخت	156
☆	باب نمبر 11	157
☆	رنگ سے شفا یابی کے مینڈالا	157
☆	رنگدار پتھر تخلیق کرنا	159
☆	رنگدار پتھروں کی تخلیق	159
☆	شفا یابی کے مینڈالے تخلیق کرنا	160
☆	شفا یابی کا مینڈالا	162
☆	حروف تہجی اور رنگ	163
☆	شفا یابی مینڈالا سرائی	164
☆	باب نمبر 12	166
☆	صحت کے بارے میں چھ باتیں	166

☆☆☆

مصنف کے بارے میں

ٹیلر اینڈ ریپرز ایک کل وقتی کھساری (مصنف) ہیں۔ وہ مابعد الطبیعیات اور روحانی میدانوں کے طالب علم اور استاد ہیں۔ وہ ملک بھر بھی قدیم علم ہاتھ کی مختلف پہلوؤں پر سینکڑوں سالوں سے مشغول رہے ہیں اور اہل روحانی قوت میں اضافے کی مختلف تدابیر پر روشنی ڈالتے ہیں۔ وہ مصنوعی طریقے سے لائی ہوئی نیند اور آپ کو پریشانی کے میدانوں میں بھی سنبھالتے ہیں۔ ٹیلر بڑی بوٹیوں کے مطالعہ اور استعمال کے میدان سے بھی شغوک ہیں۔ وہ اسے ایک متبادل راستہ تصور کرتے ہیں۔ کئی ایک کتابوں کے مصنف ہونے کے علاوہ وہ کئی ایک مابعد الطبیعیاتی رسائل میں بھی لکھتے ہیں۔

☆☆☆

خصوصی نوٹ

مصنف اس امر کو تسلیم کرتا ہے کہ صحت سے متعلق میدان کے تمام تر پہلو خواہ وہ روحانی نوعیت کے حال ہوں یا غیر روحانی نوعیت کے حال ہوں۔ وہ باقاعدہ ہوتے ہیں اور مصنف کی یہ نیت ہرگز نہیں ہے کہ وہ ایک طریقہ کار کو دوسرے طریقہ کار پر ترجیح دے یا فوقیت عطا کرے۔ مقصد یہ ہے کہ آپ کو اس حق انتخاب سے روشناس کروایا جائے جو ہمارے پاس موجود ہے۔ علاج اور شفا یابی کے کئی ایک طریقے مروج ہیں اور یہ طریقے توازن قائم کرنے میں معاونت کا فریضہ انجام دے رہے ہیں۔ ہم سب اپنے مثالی توانائی کے نظام کے حامل ہیں اور ہمیں اس طریقے یا طریقوں کے مجموعے کو اپنانا چاہیے جو ہمارے لیے بہتر طور پر کام کر سکے اور کارگر ثابت ہو سکے۔

رنگوں کی قرآنی صحت کے ہر ایک مسئلہ کا حل ہرگز نہیں ہے اور نہ ہی یہ ایک مجموعہ کردہ نسخہ ہے۔ ہم جس طرح ادویات کا نسخہ تجویز کرتے ہیں اسی طرح رنگوں کو بطور نسخہ تجویز نہیں کر سکتے۔ رنگوں کی قرآنی صحت کا کام کرتے ہوئے..... آپ ادویات کی پریکٹس نہیں کر رہے ہوتے۔ یہ بات بھی ذہن میں رکھیں کہ نسخہ تجویز کرنے اور تشخیص کے عمل کے خلاف کئی قوانین ہیں۔

جب ہم رنگوں کی قرآنی استعمال کر رہے ہوتے ہیں۔ ہم محض احتیاطی تدابیر کا سہارا لے رہے ہوتے ہیں۔ ہم ذمہ داری کے ساتھ اور فعال انداز میں اپنی صحت کی بحالی کے عمل میں مصروف ہوتے ہیں۔ یہ ہمارے محض رہنمائی فراہم کر دیتی ہیں۔ میری یہ خواہش ہے کہ یہ کام آپ کے علم میں اضافے کا باعث بنے اور آپ کو ایک مختلف طریقہ علاج سے روشناس کروائے جس کے تحت آپ ذاتی طور پر اپنی حقیقی صحت کے حصول میں اپنا کردار

بولی ادا کرئیں۔

اس وقت تک ان چیزوں کو ہرگز قبول نہ کریں جب تک آپ کا دل ان کو قبول کرنے کی خواہش نہ کرے۔ یاد رکھیں کہ بہت سے قلعے..... طریقے اور استاد موجود ہیں۔ آپ کو اپنے آپ کو محض ایک قلعے..... ایک طریقے..... یا ایک استاد تک محدود نہیں کرنا چاہیے۔ ذمہ داری کا مظاہرہ کریں۔ وہی کچھ استعمال کریں جو کچھ آپ اس طور تکہ نہیں جانتے ہیں۔

☆☆☆

باب نمبر 1

روشنی اور رنگ کی دنیا

ہر کوئی رنگوں کے متعلق اپنی رائے رکھتا ہے۔ ہر کسی کو کوئی نہ کوئی رنگ پسند ہے اور وہ رنگ اس کا دل پسند رنگ ہوتا ہے۔ ہر کوئی رنگوں سے متاثر ہوتا ہے اور اس قدر متاثر ہوتا ہے کہ وہ اس قدر متاثر ہونے کا حقیقی شعور بھی نہیں رکھتا۔ رنگ ہماری زندگی کے تمام تر پہلوؤں کے ساتھ بندھے ہوئے ہیں۔ حتیٰ کہ یہ ہماری زبان کا بھی ایک اہم حصہ بن چکے ہیں۔ ہم اپنی جسمانی صحت کو بیان کرنے کے لیے رنگوں کا استعمال کرتے ہیں..... اپنے جذبات..... رویوں..... اور حتیٰ کہ اپنے روحانی تجربات کو بھی بیان کرنے کے لیے رنگوں کا استعمال کرتے ہیں۔

ایک گفتگو کا مظاہرہ فرمائیں جو بالعموم لوگ کرتے دکھائی دیتے ہیں۔ آپ کے علم میں یہ بات آئے گی کہ ہمارے ذہن و ضمیر الفاظ میں رنگ کس قدر کمزور کے ساتھ استعمال ہوتے ہیں:

”میں آج گلابی لباس میں ملیں ہوں۔“

”آپ گلابی رنگ کے جوتے کدے دینا کو دیکھتے ہیں۔“

”وہ مجھے کے ساتھ سرخ تھا۔“

”گنڈہ برس اس کا بڑا سرخ رنگ میں تھا لیکن اب یہ سیاہ رنگ میں ہے۔“

”وہ سب حد کے ساتھ بڑا ہوا ہے۔“

”یا ایک شاعر سنہری جگر پہ تھا۔“

لڑا دھڑکی کھینچی کی حامل لہروں کا نتیجہ ہے اس باب میں ایک تجربہ پیش کیا گیا ہے جو آپ کو یہ باور کروائے گا کہ روشنی اندھیرے میں کیسے سفر کرتی ہے۔ لیکن وہ اس وقت تک دکھائی نہیں دیتی جب تک یہ کسی چیز پر نہ پڑ کر منعکس نہ ہو۔

یہ ثابت کرنا کہ ہم منعکس روشنی سے دیکھتے ہیں



کارڈ بورڈ کے ایک کسک کا اندرونی حصہ سیاہ رنگ سے پینٹ کریں۔ ہر ایک سرے پر ایک سورج کریں جو محض اس قدر بڑا ہو کہ بچہ ٹاول کے رول میں سے نصف ٹیوب اس میں فٹ ہو سکے۔ ٹیوبوں کو کسک میں داخل کریں اور اس طرح داخل کریں ایک انچ سے ڈیڑھ انچ تک ہر ایک سرے کے اندر ہوں۔ اس کے بعد کسک کو مینیبلی کے ساتھ بند کر دیں تاکہ اس میں سے روشنی خارج نہ ہو سکے۔ آپ پر چھانٹنے کے لیے بھی ایک سورج بنائیں۔ ایک ٹیوب کے ذریعے فلش لائٹ چمکائیں۔ دوسری ٹیوب کے نزدیک کاغذ کا ایک ٹکڑا پکڑیں تاکہ یہ یقین دہانی حاصل ہو سکے کہ روشنی کس سے گزر رہی ہے۔ جوئی آپ ایسا کریں..... چھانٹنے کے سورج کے ذریعے چھانٹیں اندر مکمل اندھیرا ہوگا اگر چہ اندر سے روشنی گزر رہی ہوگی اور اس کاغذ پر منعکس ہو رہی ہوگی جیسے آپ قلم سے ہوتے ہیں۔

”اس کی کر کے پچھلے ایک ذرا دیکھ کر ہے۔“

رنگوں کے معاملے میں کوئی بھی غیر جانبدار نہیں ہے۔ ہمیشہ کچھ ایسے رنگ بھی موجود ہوتے ہیں جنہیں ہم دیکھ رہے ہوں گے سے بڑھ کر پسند کرتے ہیں اور کچھ رنگ ایسے بھی ہوتے ہیں جنہیں ہم قطعاً پسند نہیں کرتے۔

کیا آپ نے بھی سوچا کیا کیا ہیں؟

کیا آپ نے بھی یہ سوچا کہ یہ رنگ کیا ہے اور اسے کبھی کیوں ضروری ہے؟ کیا رنگ ہم پر اس قدر اثر انداز ہوتے ہیں جس قدر ہم محسوس بھی نہیں کرتے؟ کیا ہم اپنی جسمانی..... جذباتی..... ذہنی..... اور روحانی صورت حال بدلنے کے لیے رنگ استعمال کر سکتے ہیں؟ اور اگر ہم ایسا کر سکتے ہیں..... کیا ہم اپنی زندگیوں میں اضافہ کرنے کے لیے ان کا استعمال کرنے کا کریمہ کر سکتے ہیں؟

ان سوالات اور ان سے زائد سوالات کا جواب پیش کیا جائے گا اور آپ ذرا نظر کتاب کے تمام ترمیمات میں ان سوالات کا جواب پائیں گے۔ جوئی آپ ایک نئی سطح کے حقداروں کا تجربہ کرنے کا طریقہ سیکھیں گے اور ان سے علاج کرنے اور شفا یاب ہونے کا طریقہ سیکھیں گے۔

رنگ کے بارے میں ان سوالات کے جواب کا آغاز کرنے کے لیے آئیے ہم روشنی سے آغاز کرتے ہیں۔

روشنی کیا ہے؟

روشنی رنگ تخلیق کرتی ہے۔

سائنس نقطہ نظر کے تحت..... روشنی ایک الیکٹرومیکانیکی انرجی ہے جسے سورج مختلف لمبائی کی حامل لہروں کی شکل میں مہیا کرتا ہے۔ روشنی کی یہ لہریں جب کسی چیز سے ٹکرنے کے بعد ہماری آنکھوں میں داخل ہوتی ہیں..... وہ روشنی کا ادراک/احساس تخلیق کرتی ہیں۔ ہم ہر چیز منعکس روشنی کے تحت دیکھتے ہیں۔ کم فری کھینچی (FREQUENCY) کی حامل روشنی کی لہریں ہمارے ذہن میں سرخ رنگ نمایاں کرتی ہیں۔ بنیادی رنگ روشنی کی

بڑا دکھائی دے گا۔ یہ اس لیے قورع نہ کر رہا ہے کہ روشنی کی لہریں جب ہوا سے پانی کی جانب حرکت کرتی ہیں اس وقت وہ جھک جاتی ہیں۔ "روشنی کی رفتار" کی مثال پر غور کریں۔

روشنی کی رفتار

روشنی ہوا کی نسبت پانی میں سست رفتار کے ساتھ سفر کرتی ہے اور اس کے نتیجہ میں منکس روشنی جھک جاتی ہے اور تہہ بلیاں اور قورع تخلیق کرتی ہے۔

☆☆☆

رنگ بھی روشنی کی پراپرٹی ہے۔ جب روشنی مختلف لمبائی کی حامل لہروں میں ٹوٹ پھوٹ جاتی ہے (منکس ہوتی ہے اور جذب ہوتی ہے) تب ہم مختلف اقسام کے رنگ دیکھتے ہیں۔ یہ بالکل اسی طرح جس طرح آپ سورج کی روشنی میں ایک منشور تھامے ہوئے ہیں۔ یہ مخالف سمت پر ایک قوس قزح کی نمائش کرے گی۔ (منشور

(PRISM) کی مثال ملاحظہ ہو)

منشور (PRISM)

سورج کی روشنی منشور (PRISM) کے ساتھ ٹکراتی ہے اور یہ منشور روشنی کی لہروں کو قوس قزح کے ساتھ رنگوں میں توڑتی ہے۔

☆☆☆

قوس قزح کے سات رنگ روشنی کے تمام تر گھس کا ٹھنڈا ایک چھوٹا سا حصہ ہیں۔ ہر ایک رنگ میں لاتعداد شے اور تہہ بلیاں ہوتی ہیں۔

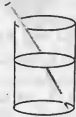
ہر ایک رنگ کی جذب ہونے اور منکس ہونے کی اپنی خصوصیات ہوتی ہیں۔

مثال کے طور پر جب دن کی روشنی مختلف رنگوں کے ساتھ ٹکراتی ہے..... روشنی کی تمام تر شعاعیں شے (چم) کے مطابق جذب اور منکس ہوتی ہیں۔ زرد رنگ کا پڑا روشنی کی

اس کے بعد کسی قدر دھوئیں کو بکس میں داخل ہونے کی اجازت فراہم کریں جبکہ اس میں روشنی چمک رہی ہو۔ اب چونکہ آپ جھانکنے والے سوراخ سے جھانکیں گے..... آپ روشنی کا تمام اس میں سے گزرتا ہوا دیکھیں گے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ روشنی اب دھوئیں کے ذرات سے منکس ہو رہی ہے۔

☆☆☆

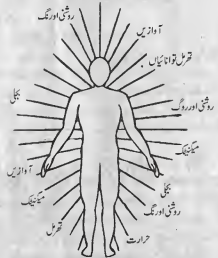
ہر ایک چیز کے کالجیگ ٹراؤسٹر پر رنگ و روغن کی وجہ سے روشنی کی شعاعیں باہم مل جاتی ہیں..... جذب ہو جاتی ہیں اور مختلف رفتار اور شدت کے تحت منکس ہوتی ہیں۔ وہ چم جو سیاہی مائل ہوتی ہے وہ روشنی کی زیادہ شعاعیں جذب کرتی ہے اور اس طرح آنکھوں کی جانب کم روشنی منکس کرتی ہے۔ جذب کرنے کا یہ عمل گہرے اور سیاہی مائل رنگ کا فریب نظر تخلیق کرتا ہے۔ بلکہ رنگ کی حامل چیز میں زیادہ روشنی منکس کرتی ہیں اور زیادہ چمک اور تابا کی کافریب نظر تخلیق کرتی ہیں۔



روشنی کی شعاعیں جب ایک جسم کے میٹرل سے دوسری جسم کے میٹرل کی جانب سفر کرتی ہیں تو ان کی رفتار میں تبدیلی رونما ہوتی ہے۔

مثال کے طور پر روشنی ہوا کی نسبت پانی میں سست رفتار سے سفر کرتی ہے۔ پانی کے گلاس میں ایک پتلہ ٹوٹی ہوئی دکھائی دے گی اور اگر اسی یا چم کو پانی میں ڈبوایا جائے تو یہ

میگنٹ ازم اور الیکٹرو میگنٹ ازم شامل ہوتے ہیں لیکن یہ محض ان تک ہی محدود نہیں ہوتے۔ وہ سائنسی لحاظ سے قائل پیکش ہیں۔ آج کل کے مابعد الطبیعیاتی سائنس کا ایک کام یہ بھی ہے کہ شفا یابی کے عمل میں کون سی توانائیاں زیادہ موثر ثابت ہوتی ہیں۔



☆☆☆

طبعی جسم کی توانائی کا ظہور

ہمارے جسم کے تمام اعضاء..... خبیہ..... اور نظام اسی جسم کے ارتعاش پیدا کرنے والے اینٹوں پر مشتمل ہیں۔ اگر بیانی کیفیت پیدا کرنے والی کوئی چیز (مثلاً نامناسب خوراک) ہمارے جسم میں داخل ہوتی ہے..... اس کے نتیجے میں جسم کا ذریعہ ارتعاشی نمونہ تبدیل ہو جاتا ہے اور ان اوقات کے دوران..... جسم کو کسی ایسی چیز کی ضرورت ہوتی ہے جو اس کے ذریعہ ارتعاشی نمونے کو بحال کرنے میں معاون ثابت ہو۔ ہم ایک ارتعاشی علاج کو مسئلے کے حصار میں سے کی عارضی بحالی/ علاج کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔

ارتعاشی علاج وہ لطیف توانائی (افرنی) محرک ہوتا ہے جو انسانی جسم کے توانائی کے نظام کے ساتھ باہمی عمل انجام دیتا ہے اور جسمانی..... جذباتی..... ذہنی اور روحانی صورت حال کو مستحکم بنانے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔ مسئلے کے حصار سے کو توانائی کا درست فوکس مینا کرتے ہوئے ہم اس سے کو توانائی کو عارضی طور پر بحال کر سکتے ہیں۔ ایک مرتبہ جب توانائی بحال ہو جاتا ہے جب ہم اپنے آپ کو یہ آسانی اور زیادہ موثر انداز سے ذہریلے مواد..... منفی اثرات..... اور اس نمونے سے نجات دلا سکتے ہیں جو ہماری زندگی کے عمل میں رکاوٹ کا باعث بنتا ہے۔ ارتعاشی علاج کے ذریعے ہم توانائی کے مناسب بہاؤ کو بحال کرتے ہیں۔ کچھ موثر ترین ارتعاشی علاج میں آوازیں..... خوشبوئیں..... پھول..... تلبیس..... اور پھر شامل ہیں اور بے شک شب بھی شامل ہیں۔

☆☆☆

باب نمبر 2 :

رنگ اور ان کے اثرات

رنگ کی قسم کی روشنی کی فریکوئنسی کا ارتکاز ہے۔ رنگ محرک بھی ثابت ہو سکتا ہے اور آرزوگی کا باعث بھی ثابت ہوتا ہے۔ تعمیری بھی ثابت ہو سکتا ہے اور تباہ کن بھی ثابت ہو سکتا ہے۔ یہ فطرت انگیز اور نا پسندیدہ بھی ثابت ہو سکتا ہے یا پرکشش بھی ثابت ہو سکتا ہے۔ ہر ایک رنگ اپنے مثالی اثرات کا حامل ہوتا ہے اور شفا یابی اور توازن کا نام کرنے کے لیے بروئے کار لایا جاسکتا ہے اور شعور کی گہری سطح کو تحریک دلانے کے لیے بھی استعمال میں لایا جاسکتا ہے۔

رنگوں کو تین حصوں میں درجہ بند کیا جاسکتا ہے:

کچھ رنگ بنیادی رنگ ہیں۔ ان میں سرخ، زرد، اور نیلا رنگ شامل ہے۔ ان رنگوں کے ملاپ کی بدولت کئی رنگ منظر عام پر آتے ہیں۔

کچھ رنگ ایسے ہوتے ہیں جو ثانوی رنگ کہلاتے ہیں اور ان کو بنیادی رنگوں کی آمیزش سے تخلیق کیا جاتا ہے۔ بنیادی رنگوں کا مجموعہ اور ثانوی رنگ میں تیسرے درجے کے رنگ صفا کرتے ہیں۔ جو نئی آپ مختلف رنگوں کی باہمی آمیزش کے بارے میں سیکھیں گے اور ان کے شیفٹ دل کے بارے میں علم حاصل کریں گے۔ آپ کو یاد آ رہی شفا یابی کی مہارتوں کو استعمال کرنے کی اہلیت کی نشو و نما کر رہے ہوں گے۔

اس کتاب میں بیان کردہ مہارتیں مختلف رنگوں اور ان کے شیفٹ دل کے ساتھ روپ عمل ہونے میں آپ کی معاونت کریں گی تاکہ آپ شفا یابی کے عمل سے زیادہ سے زیادہ

استفادہ کر سکیں کیونکہ ہر ایک فرد اپنے مثالی توانائی کے نظام کا حامل ہے لہذا رنگوں اور شیفٹوں کے انتخاب کے لیے کچھ تجربات ضروری ہیں۔ وہ رنگ اور شیفٹ جو کسی مخصوص فرد کے لیے مفید ثابت ہو سکتے ہیں۔

بنیادی اور ثانوی رنگ

تین بنیادی رنگ وہ بنیاد ہیں جس سے تقریباً تمام دیگر رنگ اخذ کیے جاسکتے ہیں۔ دو بنیادی رنگوں کو ملانے سے ثانوی رنگ تشکیل دیے جاتے ہیں۔ 50 فی صد ایک بنیادی رنگ 50 فی صد دوسرے بنیادی رنگ میں ملا جاتا ہے اور ایک نیا رنگ تشکیل پاتا ہے۔



تیسرے درجے کے رنگ

بنیادی رنگ کو ثانوی رنگ میں ملانے سے تیسرے درجے کے رنگ تشکیل دیے جاتے ہیں جن کو آپ مختلف رنگوں کو ملانے کا مکمل سیکھیں گے آپ بہت سے شیفٹ بنا شروع کریں گے۔



نفسیاتی تناظر سے رنگ



نفسیاتی سطح پر سرخ رنگ کو ہمارے ہاں غالب گرم رنگ تصور کیا جاتا ہے جب کہ نیلا رنگ ہمارے ہاں غالب غمگین رنگ خیال کیا جاتا ہے۔ رنگ جس قدر گرم ہوگا اس میں سرخ رنگ کی آمیزش اسی قدر زیادہ ہوگی۔ رنگ جس قدر غمگین ہوگا اس میں نیلے رنگ کی آمیزش اسی قدر زیادہ ہوگی۔ یہ نہ صرف علامتی ہے بلکہ حقیقی ہے جبکہ شفا یابی کے لیے اس کا اطلاق کیا جاتا ہے۔



☆☆☆

شفا یابی کے لیے رنگوں کا استعمال کرنے کے عمل کے دوسرا عمل ہیں:

اول آپ کو ہر ایک رنگ کی انفرادی خصوصیات کو سمجھنا چاہیے۔

دوم آپ کو مخصوص مہارتیں سیکھنی چاہئیں جن کے تحت رنگ کو پراجیکٹ اور جذب کیا

جاتا ہے، آپ کو رنگوں کے بارے میں زیادہ حساس اور ان کا زیادہ واقف حال بننا ہوگا۔ آپ جس قدر زیادہ رنگوں سے واقف حال بنیں گے..... آپ اسی قدر پراساسانی ان سے علاج کر سکیں گے۔ اس باب کے آخر میں کئی ایک مشقیں دی گئی ہیں جو آپ کو رنگوں کے سلسلے میں حساس بنانے میں آپ کی معاون ثابت ہوں گی۔ ان میں ایک ایسی مشق بھی شامل ہے جو آپ کو اپنے ہاتھوں کے ذریعے رنگ کی چمک کو پراجیکٹ کرنے کی آپ کی فطری اہلیت کی نشوونما کرے گی۔ یہ اس کتاب میں پیش کردہ بہت سی مشقوں میں سے پہلی مشق ہے۔

رنگوں کے معانی

میں نے کچھ رنگوں کی آمیزش اور ان کے استعمال کی فہرست مرتب کی ہے۔ یہ فہرست آپ کی رہنمائی کے لیے پیش کی گئی ہے۔ یہ فہرست پتھر پر لکیر ہرگز نہیں ہے۔ کو یا یہ معلومات حتمی طور پر قطعی اور یقینی تو بہر حال نہیں ہیں تاہم یہ وہ خصوصیات ہیں جو شخص اس لیے پیش کی گئی ہیں کہ یہ رنگوں کی انفرادی رنگ کے ساتھ کام شروع کرنے میں آپ کی معاون ثابت ہو سکیں۔ جوں ہی آپ ہر ایک انفرادی رنگ کے ساتھ کام کریں گے..... آپ کے علم میں یہ بات آئے گی کہ کچھ شینڈل دوسروں شینڈلوں سے بھر کر موٹر اور کارگر ثابت ہوتے ہیں اور اس کا انحصار متعلقہ فرد پر ہے۔ آپ کے علم میں یہ بات بھی آئے گی کہ کچھ رنگ کسی فرد کی صورت حال کے لیے کارگر ثابت نہ ہوں گے۔ ایسی صورت حال میں تھوڑا بہت تجربہ اور تھوڑا بہت وجدان کا استعمال ایسے بہترین رنگ کے انتخاب میں آپ کا معاون ثابت ہوگا جو مثبت نتائج کا حامل ہوگا۔ یاد رکھیں کہ ہر ایک فرد اپنے مثالی توانائی کے نظام کا حامل ہے۔ لہذا رنگ..... رنگوں کا مجموعہ اور ان کے اطلاق کا طریقہ کار ہر ایک فرد کے لیے مختلف ہوگا۔

سفید:

سفید رنگ تمام تر روشنی کے عکس کا حامل ہوتا ہے۔ یہ قوت بخشنے والا رنگ ہے۔ یہ کسی بھی فرد کے تمام تر توانائی کے نظام کو طہارت..... پاکیزگی..... اور صفائی بخشتا ہے۔ یہ عظیم تحقیق کا رسی بیدار کر سکتا ہے۔ جب آپ اس شک و شبہ کا شکار ہوں کہ کون سا رنگ استعمال کیا جائے..... آپ سفید رنگ کا انتخاب کرتے ہوئے کوئی غلطی نہ کریں گے۔ یہ شفا یابی کے پیش کے آغا اور انتہا کے لیے بھی سودمند ہے۔ سفید رنگ توانائی کے نظام کو استحکام بخشتا ہے اور اس کی وقعت میں اضافہ کرتا ہے۔ یہ ان رنگوں کی افادیت میں بھی اضافہ کرتا ہے جن کے ساتھ اسے استعمال کیا جاتا ہے۔

سیاہ:

یہ بھی تمام تر رنگوں کے عکس کا حامل ہوتا ہے۔ یہ وہ رنگ ہے جو آپ کو مٹا لینے کا شکار بنا سکتا ہے۔ بہت سے لوگ رنگوں اور شفا یابی کی قرطانی میں سیاہ رنگ کو استعمال کرنے سے شرماتے ہیں۔ لیکن میں نے اسے ہمیشہ سودمند پایا ہے۔ سیاہ رنگ تحفظ عطا کرنے والا رنگ ہے اور یہ بے انتہا احساس افراد کو سکون بخشنے کے لیے استعمال میں لایا جاسکتا ہے۔ یہ جسم کی زنا نہ یا مہنتا بیسی توانائیوں کو فعال بناتا ہے اور انہیں تقویت بخشنے کا کام کرتا ہے۔ اسے کم مقدار میں استعمال کرنا چاہیے کیونکہ بہت زیادہ سیاہ رنگ ڈپریشن (آزردگی) کا باعث بھی بن سکتا ہے یا ایک جذباتی اور دماغی/ذاتی صورت حال کو بگڑا سکتا ہے۔

سیاہ رنگ اس وقت بے حد موثر ثابت ہوتا ہے جب اسے سفید رنگ کے ساتھ استعمال کیا جاتا ہے جو کسی بھی فرد کے قوائے مختلفہ کے مابین توازن قائم کرتا ہے بالخصوص ایسی صورت حال میں جبکہ کوئی فرد ناگزیر کنٹرول نہ کرنا ہو رہا ہو۔ یہ تحت اشعوری سطح کو فعال بنا سکتا ہے۔ اس کو تھما استعمال نہیں کرنا چاہیے بلکہ کسی دوسرے رنگ کی آمیزش کے ساتھ استعمال کرنا چاہیے۔

سرخ:

سرخ رنگ بھی تحریک بخشنے والا رنگ ہے۔ یہ بنیادی پیکرے (CHAKRA) یعنی ہمارے جسم کی قوت محرکہ کو توانائی فراہم کرتا ہے۔ یہ کرباں پہنچاتا ہے اور فعال بناتا ہے۔ یہ ہماری جسمانی زندگی کی قوت کو بیدار کرتا ہے۔ خشک و سردی لگنے کی صورت میں اسے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ دوران خون کی قربانی کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے اور انہوں کی بیماری کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ سرخ رنگ جسمانی توانائی کو قوت فراہم کرتا ہے اور کسی بھی فرد کے عزم کو بھی تقویت فراہم کرتا ہے۔ یہ کمرے جذبات کو تحریک بخشنے کا شفا بخش اور محبت..... ہمت اور حوصلہ..... یا نفرت اور انتقام..... بہت زیادہ سرخ رنگ ضرورت سے زیادہ تحریک بخشنے کا باعث ہے اور صورت حال کو خراب کر سکتا ہے۔ نظام کے اندر بہت زیادہ سرخ توانائی کی موجودگی پانی پلانڈ پریش (پلانڈ فشار خون) کی ایک علامت ہے۔ جسم کے درجہ حرارت کو بڑھانے اور خون کو توانائی بخشنے کے لیے سرخ رنگ استعمال کیا جاسکتا ہے۔

اورنج:

اورنج دوسرے پیکرے کے سنٹر (مرکز) کو متاثر کرتا ہے۔ یہ فوٹی اور دانشوری کا رنگ ہے۔ یہ ٹیٹن ساری اور صحت پھنڈی کے احساسات کو تحریک بخشتا ہے۔ یہ ہماری جذباتی صحت کے ساتھ خشک ہے اور جسم کے اعصابی نظام کے ساتھ بھی خشک ہے۔ بہت زیادہ اورنج رنگ اعصاب کو متاثر کرتا ہے اور اسے ہمزہ..... ٹپٹے ٹپٹوں کے ساتھ حالت توازن میں لانا چاہیے۔ اورنج رنگ تکی..... لہجہ..... معصوم..... آنکھوں (استریاں) کی شفا یابی میں معاون ثابت ہو سکتا ہے۔ جو افراد جذباتی ناخوشیاں (آزردگی) کا شکار ہوں وہ اس رنگ سے معاونت حاصل کر سکتے ہیں۔ یہ طبی جسم کوئی توانائی فراہم کرنے کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے اور خوراک کو جڑو بدن بنانے میں بھی معاون ثابت ہوتا ہے۔ بیماری سے شفا یابی کے بعد یہ ایک جتنا تک ثابت ہو سکتا ہے کیونکہ یہ اخراج کے نظام کے لیے بہتر ثابت ہوتا

ہے۔

زرد:

یہ سولر پلکس (SOLAR PLEXUS) پکڑے پر بھوت انداز میں اثر کرتا ہے اور یہ دماغ کو تحریک بخشتا ہے۔ یہ آزدی (ڈپریشن) کے لیے مفید ہے۔ یہ زندگی میں جوش، جذبہ اور ولولہ بیدار کرتا ہے۔ یہ املا اور طمانیت کو بیدار کرنے کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اسے نظام ہضم کے مسائل کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ معدے، استریوں اور مثانے کے علاوہ جسم کے تمام تر اخراج کے نظام کے لیے سودمند ثابت ہوتا ہے۔ سنہری (زرد شہد (GOLDEN-YELLOW) (SHADES) جسم اور دماغ دونوں کے لیے صحت بخش ہیں۔

ہنر:

ہنر رنگ اس روئے زمین کا غالب ترین رنگ ہے۔ یہ ہماری توانیوں کو توازن عطا کرتا ہے اور یہ ہماری حساسیت اور جذبہ ہمدردی میں اضافے کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ پرسکون اثرات کا حامل ہوتا ہے بالخصوص ایسی صورت میں جبکہ جسم متھرا ہوا ہو۔ یہ اعصابی نظام کو بھی سکون بخشتا ہے۔ کئی ایک صورتوں میں جگہ دار ہنر رنگ شیطانی کے لیے بھوت اثرات کے حامل ہوتے ہیں۔ ہنر رنگ عقیم تر دوستی، امید، اور سکون بیدار کرنے کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ دماغ کو توانائی فراہم کرتا ہے۔

ہنر رنگ دل کے پکڑے کو بہت زیادہ متاثر کرتا ہے۔ اس کا اطلاق دل کی بیماریوں، ہائی بلڈ پریشر، تھکاوٹ اور سر درد میں کیا جاسکتا ہے۔ اسے سرطان یا کھنڈوں وغیرہ کے امراض میں بھی استعمال نہیں کرنا چاہیے کیونکہ ہنر رنگ اس جسم کی بیماریوں میں اضافے کا باعث بن سکتا ہے۔

نیلا:

نیلا رنگ ہمارے نظام کو خشک فرام کرتا ہے اور یہ سکون آور رنگ ہے۔ یہ ہماری توانیوں کو آرام اور سکون فراہم کرتا ہے اور یہ جراثیم کے خلاف اثرات کا بھی حامل ہے۔ یہ نظام محسوس کو تقویت بخم پہنچاتا ہے اور اس کا توازن قائم رکھتا ہے۔ یہ ہائی بلڈ پریشر کے لیے بھی انتہائی مفید ہے اور کئی کی بیماریوں کے لیے بھی مفید ہے۔ یہ بچپن کی بیماریوں مثلاً دمر، چیچک، برقان وغیرہ کے لیے بھی مفید ہے۔ یہ جسم کے ذہریلے مواد کے لیے بھی مفید ہے۔ نیلا رنگ وجدان کی بیداری کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ نیلا رنگ اس وقت زیادہ موثر ثابت ہوتا ہے جب اسے گرم تر رنگوں کے ساتھ ملا یا جاتا ہے اور جب سرخ، اورنج رنگوں کے ساتھ ملا یا جاتا ہے۔

گہرا نیلا رنگ (INDIGO):

یہ رنگ روحانی اور جسمانی سطح پر شیطانی کی قوتوں کا حامل ہے۔ یہ رنگ جسم کے برو پکڑے (BROW CHAKRA) کو فعال بناتا ہے۔ یہ رنگ جسم کی غدودوں اور مافسی نظام کو بھی تقویت فراہم کرتا ہے۔ یہ خون صاف کرتا ہے اور جسم کے ذہریلے مادے داخل کرنے میں معاون ثابت ہو سکتا ہے۔ یہ چہرے کی تمام تر صورت حال کے علاج میں موثر ثابت ہوتا ہے (بشمول آنکھیں، کان، ناک، منہ وغیرہ)۔

یہ رنگ سکون بخش اثرات کا حامل ہے۔ آپ اس رنگ کو اس وقت استعمال کر سکتے ہیں جبکہ آپ مراحق میں مشغول ہوں تاکہ گہری سچ کے حامل شعور کے حصول میں کامیاب ہو سکیں۔ یہ آپ کے وجدان کو بھی بیدار کر سکتا ہے۔ اسے سمجھدوں کے مسائل کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

زیادہ مقدار کا حامل یہ رنگ ڈپریشن (آزدی) کا باعث بن سکتا ہے اور دوسروں سے علیحدگی کے احساس کا بھی باعث بن سکتا ہے۔

بنفشی رنگ (VIOLET):

یہ رنگ جسم کے ڈھانچے جاتی نظام کو متاثر کرتا ہے۔ یہ جرائم مخالف رنگ ہے۔ یہ رنگ جسمانی اور روحانی سطح پر صفائی..... سحرانی..... اور پاکیزگی بخشتا ہے۔ یہ جسمانی اور روحانی توانائیوں کو حالت اعتدال میں لانے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔ یہ سرطان کے مرض میں مفید ثابت ہوتا ہے۔ بنفشی رنگ کی روشنی کے ذریعے جوڑوں کے درد میں افادہ حاصل کیا جاسکتا ہے۔ ایسی بخشنی روشنی جو خلیے شہید کی حامل ہو۔ یہ رنگ خوراک کو جذب و بدن بنانے کے جسمانی نظام کی اہلیت کو بھی تقویت بخشتا ہے اور معدنیات کے استعمال کو جو بدن بناتا ہے۔ یہ رنگ خواب کی سرگرمی کو خراب بخشتے میں بھی معاون ثابت ہوتا ہے۔ مراقبے میں..... یہ رنگ ہمیں ہماری ماضی کی زندگی میں جھانکنے میں معاون فراہم کرتا ہے۔

گلابی (PINK):

جذبہ ہمدردی اور محبت کو بیدار کرنے کے لیے گلابی رنگ استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ فیض کی صورت حال کو رفع کرتا ہے اور نظر انداز کیے جانے کے احساس کو ختم کرتا ہے۔ یہ قلبی مس (THYMUS) غدود کو تھریک بخشتا ہے اور جسم کے ماضی نظام کو بھی تھریک سے نوازتا ہے۔ اس کو مراقبے میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ جذباتی توانائیوں کو بھی آرام اور سکون فراہم کرتا ہے۔

لیمن (LEMON):

یہ رنگ دماغ کو قوت بخشتا ہے اور تھریک صفا کرتا ہے۔ یہ جسم کے ذریعے مواد کو سنبھال لاتا ہے تاکہ ان سے چھٹکارا ممکن ہو سکے۔ یہ بڑبڑوں کے لیے بھی مفید ہے۔

سنہری (GOLD):

یہ رنگ جسم کے ماضی نظام کے لیے ایک پرفتوح متحرک ہے۔ یہ شفا یابی کی قوتوں کو بیدار کرتا ہے۔ یہ جوش..... جذبہ..... اور دل کو بیدار کرتا ہے۔

راکلی بلیو (ROYAL BLUE):

یہ جرائم کش رنگ ہے اور یہ آکسیجن جذب کرنے میں جسم کی معاونت کرتا ہے۔ یہ دھندلے دماغ کو صاف کر سکتا ہے اور ان فنی جسمانی صورت حال کو معاونت فراہم کرتا ہے جو دماغ پر اثر انداز ہوتی ہے۔

اکوا (AQUA):

یہ نظام کو خشک فرام کرتا ہے۔ یہ بخار میں سود مند ثابت ہوتا ہے اور جسم کے نظاموں کا توازن قائم کرنے میں بھی مفید ثابت ہوتا ہے۔ یہ جسم کے اشتعال اور تھش کو محدود کرنے میں بھی معاون ثابت ہوتا ہے۔

فیروزہ (TURQMOISE):

یہ نظام کو خشک کرتا ہے۔ اس میں نیلے اور بنبرنگ دونوں کے فوائد پنہاں ہوتے ہیں۔ یہ نظام کو قوت بہم پہنچاتا ہے اور پاکیزگی صفا کرتا ہے۔ یہ جلد کی بیماریوں میں موثر ثابت ہوتا ہے۔ یہ شدید درددل اور کان کے درد کے لیے بھی موثر ہے۔

انروانی (PURPLE):

یہ رنگ نظام کو پاکیزگی صفا کرتا ہے۔ اس کے زیادہ ارتعاش کی بنا پر اسے کبھی بھاری استعمال کرنا چاہیے۔ بہت زیادہ انروانی رنگ ڈپریشن تحقیق کر سکتا ہے۔ اسے دوسرے کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

چاندنی (SILVER):

یہ رنگ دیگر رنگوں کے اثرات کی قوت بوجھانے کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ رنگ مراقبے میں موثر ثابت ہوتا ہے اور کسی بیماری کی مابعد طبیعتی وجہ دریافت کرنے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔ یہ تحقیقی تصوری دریافت اور اطلاق میں بھی معاون ثابت ہوتا ہے۔

توانا نہیں کے دوران ایک ہلکا سا ہر انجیا ہو جتے ہیں۔

سرخ..... نیلا اور زرد تینوں رنگ باہم آکھٹے..... جسم کی شفا یابی کے مواقع فراہم کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ روح اور دماغ کی شفا یابی میں بھی معاون ثابت ہوتے ہیں۔

☆☆☆

صورت حال اور مطابقت رکھنے والے رنگ

صورت حال	
پیت کی خفگی	زرد..... لیمن
جسم کے کسی حصے میں پتہ لکھی ہوئی	نیلا..... نیلا..... بنفشی
کان کا درد	فیروزہ
سر درد	نیلا..... سبز
پٹوں کا درد	پاسٹل (PASTEL) اور نج
دانت کا درد	نیلا..... نیلا..... بنفشی
چھٹی..... پھوڑا	سرخ..... سرخ..... بنفشی
ایڈز	سرخ..... نیل (INDIGO) نے جیسا
جسم پر شراب کے اثرات	رنگ۔ اس کے بعد گلابی اور سنہری
الرجی	نیل جیسا رنگ (INDIGO) اور زرد
خون کی کمی	INDIGO اور سافٹ اور نج
بے چینی تھکاوٹ	سرخ
بھوک کی زیادتی	لائٹ بیلا اور سبز
	INDIGO

یہ پیدائشی/طبی ویدان کو فعال بناتا ہے۔

براؤن (BROWN) :

یہ رنگ بھی شفا یابی کے حصول کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ جذباتی اور ذہنی صورت حال کے لیے بالخصوص موثر ثابت ہوتا ہے۔ یہ فیم فراسٹ کو بیدار کرنے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔

عام بیماریاں اور مفید رنگ

یہ فہرست محض ایک رہنمائی فراہم کرنے والی فہرست ہے۔ یہ رہنمائی فراہم کرتی ہے۔ یہ کوئی تشخیصی آلہ ہرگز نہیں ہے۔ یہ تجاویز کا ایک میٹ ہے جو رنگوں کی قرانی کے ساتھ کام کرنے کے لیے آپ کو نقطہ آغاز فراہم کرتا ہے۔ یہ روایتی ادویات کا ہم البدل ثابت نہیں ہو سکتا بلکہ یہ ایک ایسا ذریعہ یا تدبیر ہے جس کے ذریعے آپ اپنے شفا یابی کے نظام میں ذاتی طور پر شرکت کر سکتے ہیں۔ اس کو اسی طرح استعمال کریں تاکہ آپ رنگوں کے اطلاقی کا اپنا نظام تخلیق کر سکیں۔ یہ معلوم کریں کہ کیا کچھ آپ کے لیے کارگر ثابت ہوتا ہے۔ آپ کو مختلف رنگوں کا اطلاقی مختلف شدت کے ساتھ کرنے کی ضرورت درپیش ہے۔ اکثر تجربہ ہی وہ واحد ذریعہ ہوتا ہے جس کے تحت ہم یہ معلوم کر سکتے ہیں کہ کسی فرد کے لیے کیا کارگر ثابت ہو سکتا ہے۔

رنگوں سے تمام تر علاج کا آغاز سفید رنگ سے کریں اور اس کو سفید رنگ کے ساتھ ہی اختتام تک پہنچائیں۔ اس طرح علاج معالجے کے اثر میں اضافہ ہوتا ہے۔ یہ توازن بھی فراہم کرتا ہے۔ یاد رکھیں کہ سرخ رنگ جسم پر اثر انداز ہوتا ہے اور یہ محرک اور گرما بخش فراہم کرنے والا ہے۔ نیلے رنگ ششک بخشنے والے ہوتے ہیں اور یہ روحانی توانائیوں پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ زرد شینگ ذہنی توانائیوں پر اثر انداز ہوتے ہیں اور جسمانی اور روحانی

باب نمبر 3:

رنگ کی اثر پذیری / ازدحسی کی نشوونما کرنا

ہم سب لوگ رنگ کے معاملے میں حساس ہوتے ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ ہم کون سا رنگ پسند کرتے ہیں۔ ہم یہ بھی جانتے ہیں کہ ہم کس رنگ کو پسند کرتے ہیں۔ ہم بتا سکتے ہیں..... اگرچہ ہم یہ وضاحت نہیں کر سکتے کیوں..... جب ایک رنگ کسی کے لیے مناسب / درست نہیں ہوتا۔ رنگ اور روشنی ہم پر اثر انداز ہوتی ہے۔ ہم رنگ اور اس کے اثرات کے بارے میں جس قدر حساس ہوں گے..... ہم اسے کسی قدر زیادہ اپنے فائدے کے لیے استعمال کر سکیں گے۔

رنگوں کی حساسیت اور علم بڑھانے کا ایک طریقہ..... آسان ترین طریقہ رنگدار لٹیش کارڈوں (FLASHCARDS) کے ذریعے ہے۔ آپ 5x3 انچس کارڈوں کا صفحہ ایک سیٹ لیں۔ کارڈ کی ایک جانب ایک مخصوص رنگ کی مختلف خصوصیات / اوصاف تحریر کریں۔ مخالف سمت پر اسے مناسب انداز میں رنگدار بنانے کے لیے مارکر استعمال کریں۔ ہر ایک رنگ کے لیے ایک کارڈ مختص کریں۔ قوس قزح کے سات رنگوں سے آغاز کریں۔

اس کے بعد اپنے دماغ کو پرسکون بنائیں۔ ایک یا دو لمبے کارڈوں کے مطالعہ کے لیے وقف کریں..... ایک وقت میں ایک کارڈ۔ رنگ پر فوکس کریں اور اس کے بعد اس کی خصوصیات پر مبنی تمام رنگوں کے ساتھ کی بارہی عمل درآمد کریں۔

اگلا اقدام یہ ہوگا کہ آپ اس معاملے میں حساس بنیں کہ رنگ کیسے محسوس ہوتے

ہیں۔ ہمارے ہاتھ توانائی کی تبدیلیوں کو محسوس کرنے کی اہلیت کے حامل ہیں۔ ہم سب اس کے کچھ پہلوؤں کا تجربہ پہلے ہی کر چکے ہیں۔ جب ہم کسی کو چھوتے ہیں یا ہاتھ ملاتے ہیں۔ ہم اس فرد کے بارے میں تاثرات حاصل کرتے ہیں۔ ہمارے ہاتھ..... ہمارے چھونے کی حس..... اس فرد کی توانائی کے ساتھ ہم آہنگ ہونے میں ہماری معاون ثابت ہوتی ہے۔ ہم رنگ کی حساسیت بڑھانے / اور اس کی نشوونما کے لیے بھی اس اہلیت کا اطلاق کر سکتے ہیں۔

اپنی آنکھیں بند کر لیں اور رنگدار کارڈوں کو گنڈ کر دیں..... آپ اس میں ملادیں۔ یہ یقین دہانی حاصل کریں کہ آپ کے انچس کارڈوں کی رنگدار سطح اوپر کی جانب ہوتی چاہیے۔ ایک کارڈ پھینچیں اور اس کے اوپر اپنا ہاتھ رکھیں۔ پرسکون رہیں۔ اپنے ہاتھ کو اجازت فراہم کریں کہ وہ احساس / ادراک کرے یہ جانچ کرتے ہوئے ٹرائی کریں کہ یہ گرم محسوس ہوتا ہے یا ٹھنڈا محسوس ہوتا ہے۔ یہ آپ کو بتائے گا کہ کیا یہ سرخ (گرم) رنگ ہے یا نیلا (ٹھنڈا) رنگ ہے۔

اس کے علاوہ آپ کیا محسوس کرتے ہیں جبکہ آپ اپنا ہاتھ رنگ کے اوپر رکھتے ہیں؟ کیا آپ کا خیال ہے کہ آپ جانتے ہیں کہ یہ کون سا رنگ ہو سکتا ہے؟ کیا کسی قدر تجھنا سمجھنا محسوس ہوتی ہے؟ کیا آپ اپنے جسم کے کسی مخصوص حصے میں کوئی چیز محسوس کرتے ہیں؟ ہر ایک مٹاثر کی جانب توجہ دیں اگرچہ یہ کسی قدر اونگھائی محسوس کیوں نہ ہو۔ یہ چھوٹی چھوٹی تھیلیات آپ کو رنگ اور اس کے ممکنہ اثرات اور اس کے اطلاقی سے واقف حال بنانے میں معاون ثابت ہوں گی۔

مشق کے ساتھ آپ اس اہلیت کی نشوونما سرانجام دیں گے جس کے تحت آپ محسوس کرنے کے عمل سے رنگ کی شناخت کر سکیں گے۔ آپ لطیف اور ارتعاشی توانائیوں کے ساتھ کام کر رہے ہیں۔ آپ ان لطیف توانائی کے میدانوں میں اپنی حساسیت کی نشوونما کا کام انجام دے رہے ہیں جو آپ کو گہرے ہوئے ہیں۔ مشق / پریکٹس کے ساتھ آپ نہ

صرف اس قائل ہوں گے کہ اپنے ہاتھوں کے ساتھ رگوں کا احساس اور رک کر سکیں بلکہ آپ ان کے ساتھ رنگ کی توانائیوں کو بھی پراجیکٹ کرنے کے قائل ہوں گے۔

مس / چھونے کے ذریعے رنگوں کی تھراپی

اس مشق میں ہم یہ سیکھیں گے کہ ہم سوچ اور اپنے ہاتھ استعمال کرتے ہوئے توانائیوں کو پراجیکٹ کر سکتے ہیں۔ ایک قدم پر اسرار بات یہ درس دیتی ہے کہ توانائی سوچ کے ساتھ بنتی ہے۔ ہم جہاں پر اپنی سوچ کو رکھیں گے۔ وہاں پر ہی ہماری توانائی جائے گی۔ اگر ہم ایک رنگ پر فوکس کرتے ہیں..... جسم سے توانائی کا ظہور افراغ ایک ایسی فریکوئنسی کی جانب تبدیل ہونے کا آغاز کرتا ہے جس کی بازگشت اس مخصوص رنگ کے ساتھ ملتی دیتی ہے۔



جسم کے دیگر حصوں کے مقابلے میں توانائی ہاتھوں سے زیادہ مضبوطی کے ساتھ خارج ہوتی ہے۔ چھوئے پکرا ہوا شش ہاتھوں کی پتیلیوں میں ہوتے ہیں لیفٹ توانائی کا اور رک کرنے اور پراجیکٹ کرنے کے لیے ہاتھ استعمال کیے جاسکتے ہیں یہ شفا یابی کی توانائی کا وہ پراجیکشن ہے جو اکثر ہاتھوں پر پلایا جاتا ہے..... معالجاتی / داغی امراض لمس یا سنگ کا لمس (KING'S TOUCH)

تقریباً 15 تا 30 سیکنڈ تک اپنے ہاتھ آپس میں ملنے / رگڑتے ہوئے اس مشق کا آغاز کریں۔ یہ عمل پتیلیوں میں پکڑوں کو فعال بناتا ہے اور ان کی حساسیت کو بڑھاتا ہے۔ اپنے ہاتھ اپنے سامنے پھیلا دیں اور ان کو آپس میں تقریباً ایک فٹ دور رکھیں۔ آہستہ

آہستہ دونوں پتیلیوں کو ایک دوسرے کی جانب لائیں۔ ان کو ایک دوسرے کے اس قدر قریب لائیں جس قدر قریب آپ لاسکتے ہیں لیکن خیال رکھیں کہ یہ آپس میں چھونے نہ پائیں۔ اس کے بعد ان کو تقریباً چھانچ تک آپس سے جدا / دور کریں اور اس طرح اندر اور باہر حرکت کو دہرائیں۔ اپنی حرکت کو آہستہ آہستہ اور یکسانی کے ساتھ انجام دیں۔

جوں ہی آپ یہ مشق کریں..... اس جانب توجہ دیں کہ آپ کیا محسوس کر رہے ہیں۔ آپ گریٹل یا خشک محسوس کر سکتے ہیں۔ آپ پر پٹر پٹا ہوا محسوس کر سکتے ہیں۔ ایسا دکھائی دے سکتا ہے جیسے ہاتھوں کے درمیان جگہ کا دھماکا ہو رہا ہے۔ جھنجھٹا ہٹ یا پٹر کا احساس بھی ہو سکتا ہے۔ آپ لرزش کا احساس بھی کر سکتے ہیں۔

مس کے ذریعے رنگوں کی تھراپی

ہاتھوں کی اندر اور باہر کی جانب حرکت اس امر کا باعث بنتی ہے کہ توانائی ان کے ارد گرد جمع ہو اور آپ سے خارج ہو اور انسانی ہوا در ہمارے لیے زیادہ قائل محسوس ہو۔



مشق کے ساتھ ہم اپنے ہاتھوں کے ذریعے اس توانائی کی شدت کے بہاؤ کو کنٹرول کر سکتے ہیں..... اپنے دماغ کو مخصوص رنگ پر فوکس کرتے ہوئے۔

☆☆☆

آپ جو کچھ محسوس کر رہے ہیں اس کو لکھنے اور بیان کرنے میں چند منٹ صرف کریں۔ اگر آپ اس کا تصور کر رہے ہیں یا نہ کر رہے ہوں دونوں صورتوں میں گھبرانے کی

کوئی ضرورت نہیں ہے اور اس بارے میں بھی فکر مند نہ ہوں کہ یہ آپ کو دوسروں سے مختلف محسوس ہوتا ہے۔ یہ ضروری ہے کہ آپ اسے محض اپنے لیے بیان کرنے کا آغاز کریں۔ یہ مشق پوری توجہ صرف کرنے کی صلاحیت بخشتی ہے اور یہ اس امر کی تصدیق میں معاون ثابت ہوتی ہے کہ ہمارا توانائی کا میدان جلد کی سطح ہی محدود نہیں ہے۔ یہ آپ کو آپ کی اپنی توانائی ریلیکشن (RADIATIONS) یعنی توانائی کی شعاعیں بیان کرنے میں بھی معاون ثابت ہوتی ہے۔



اگلا اقدام یہ ہوگا کہ آپ یہ سیکھیں کہ آپ اپنے ہاتھ سے توانائی کی شعاعوں کی شدت/قوت رفتار کو کنٹرول کر سکتے ہیں اور اس عمل کو ایک قریباً میٹرکی حد سے بآسانی ممکن بنایا جاسکتا ہے۔ اپنے آپ کو آرام دہ اور پرسکون بناتے ہوئے آغاز کریں۔ دوبارہ اپنے ہاتھ کی ہتھیلیوں کو آپس میں ملیں/گڑیں تاکہ ان میں جکرے فعال ہو سکیں۔ اب ایک قریباً میٹر ملیں اور اسے اپنے دونوں ہاتھوں کے درمیان میں رکھیں۔ یا اسے اس طور کھڑا کریں کہ آپ کے ہاتھ اس کی دونوں جانب سے دو تا تین انچ کے فاصلے پر ہوں۔

☆☆☆

درجہ حرارت میں تبدیلی

جوں ہی ہم اپنے ہاتھوں سے حرارت کی شعاعیں نکلنے کا عمل سیکھیں گے۔ ہم رنگ کی بدولت درجہ حرارت تبدیل کر سکتے ہیں۔ سرخ رنگ کسی چیز کو گرم کرنے کے لیے..... نیلا رنگ کسی چیز کو خنڈا کرنے کے لیے۔

☆☆☆



کسی قدر درست روشی سے آغاز کریں۔ مناسب سانس لیں۔ جوں ہی آپ آہستگی کے ساتھ سانس اندر کھینچتے ہیں آپ تصور کریں اور محسوس کریں کہ آپ کا جسم چمکدار..... گرم سرخ توانائی سے مبرور رہا ہے جو آپ کے ہاتھوں سے قریباً میٹر کی جانب خارج ہو رہی ہے۔ اس حرارت کا تصور کریں..... سرخ حرارت..... آپ کے ہاتھوں سے قریباً میٹر کی جانب بڑھ رہی ہے۔ یہ بھی دیکھیں کہ آپ تین سے پانچ منٹ کے دوران درجہ حرارت میں کس قدر اضافہ کر سکتے ہیں۔

اس کے بعد یہ محسوس کرنے اور تصور کرنے کا آغاز کریں کہ آپ کا جسم آپ کے سانس اندر کھینچنے کے ہر ایک عمل کے ساتھ خنڈی نیلی توانائی سے مبرور رہا ہے۔ جوں ہی آپ سانس خارج کریں..... یہ تصور کریں کہ خنڈی نیلی توانائی آپ کے ہاتھوں سے خارج ہو رہی ہے اور قریباً میٹر کے درجہ حرارت کو کم کر رہی ہے۔ یہ دیکھیں..... محسوس کریں..... اور تصور کریں کہ آپ کے ہاتھ نیلے رنگ کی شکل میں برقائی نیلی توانائی قریباً میٹر میں پراجیکٹ کر رہے ہیں۔ یہ بھی دیکھیں کہ تین سے پانچ منٹ کے دوران آپ درجہ حرارت میں کس قدر کمی کر سکتے ہیں۔

اس مشق سے لطف اندوز ہوں کیونکہ یہ مشق یہ ظاہر کرتی ہے کہ آپ اپنی سوچوں کے ذریعے اپنے ہاتھوں سے توانائی کے اخراج کو تبدیل کر سکتے ہیں۔ آپ رنگوں کو پراجیکٹ

کرنے کے بارے میں سمجھ رہے ہیں..... خوش فحش شفا یابی کے لمس (RAINBOW HEALING TOUCH) کی شہرہ آفاق کرتے ہوئے۔

رنگ کے لمس (چھونے) کے ساتھ

سر درد کو رفع کرنے کا عمل

سر درد بہت ہی عام بیماریوں میں سے ایک بیماری ہے اور یہ ایک ایسی بیماری ہے جسے رنگ کے ذریعے بہ آسانی رفع کیا جاسکتا ہے۔ بہت سی اقسام کا سر درد ہو چکا (BROW CHAKRA) یا کراؤن پتھرا (CROWN CHAKRA) کو ضرورت سے زائد تحریک میسر آنے کی وجہ سے ہوتا ہے۔ یہ معمولی سی حرارت کا ظہار ہو جاتے ہیں۔ ان مراکز کو کھٹکا کرتے ہوئے سر درد کی شکایت رفع ہو سکتی ہے۔

ہم نے سابقہ مشق میں یہ دیکھا تھا کہ ہم اپنے ہاتھوں کے ذریعے ایسی فریکوئنسی کے تحت توانائی (انفری) پھیلا دیتے ہیں جس سے رنگ کے ساتھ مربوط ہوتی ہے جس پر ہم فوکس کر رہے ہوتے ہیں۔ ہم اس کا اطلاق سر درد پر کریں گے۔ ہم بہت سی اقسام کے سر درد کے لیے نرم فحش یابی یا ٹیلی ویز توانائی کا مجموعہ پراجیکٹ کریں گے۔ زیادہ گہرائی میں ہونے والے درد کے لیے مثلاً درد متیز (MIGRAINES) کے لیے INDIIGO رنگ پراجیکٹ کرنا سودمند ثابت ہوگا۔

اپنے آپ کو پرسکون بنانے پر چند لمحات صرف کریں۔ مناسب سانس لیں۔ جوں ہی آپ سانس اندر لے لیں..... یہ محسوس کریں کہ ٹیلی توانائی آپ کے جسم میں تخلیق پاری ہے اور جمع ہو رہی ہے اور آپ کے ہاتھوں کی جانب حرکت کر رہی ہے..... باہر کی جانب پراجیکٹ ہونے کے لیے تیار ہے۔

جس مریض کو سر درد ہو رہا ہے اسے اپنے سامنے بٹھالیں۔ اسے ہدایت کریں کہ وہ اپنی آنکھیں بند کرے اور پرسکون ہو جائے۔ اپنے ہاتھ مریض کے سر کے سامنے اوپر دھپیلے

جسے سے دو تین انچ کے فاصلے پر رکھیں۔ (تصور پر عنوان ”رنگ کے ساتھ سر درد کا علاج“ ملاحظہ کریں۔) اگر آپ اپنے ہاتھ براہ راست مریض کے سر پر رکھنا چاہتے ہیں تب آپ ایسا کر سکتے ہیں۔ سانس لینے کا عمل جاری رکھیں۔ جوں ہی آپ سانس خارج کرتے ہیں..... یہ دیکھیں اور محسوس کریں کہ یہ فحش یابی ٹیلی توانائی مریض کے سر کو بھر رہی ہے اور درد کو سکون بخش رہی ہے۔ اگر آپ چاہیں تو طے کر لیں کہ رنگ کا تصور پلور ٹیلی اسپرین بھی کر سکتے ہیں بشرطیکہ یہ آپ کے لیے سودمند ثابت ہو۔ عام طور پر پانچ منٹ سے بھی کم عرصے کے دوران قہر ذکر نہائی برآء ہو جاتی ہیں۔



رنگ کے ساتھ سر درد کا علاج

تمام توانائی سوچ کی پیروی کرتی ہے۔ جب ہم اپنے ذہن کی توجہ کسی خاص رنگ کی جانب مرکوز کرواتے ہیں..... یہ شکل اس توانائی کو روانہ کیا جاتا ہے جو ہاتھوں سے پراجیکٹ ہو رہی ہوتی ہے۔ ہم جس رنگ پر اپنی توجہ مرکوز کرواتے ہیں وہ اس پراجیکشن کے ارتعاش (VIBRATION) کی جانچ کا کام دیتا ہے۔ ہم محض سادہ سے لمس یعنی چھونے کے ذریعے علاج کرنے کے لیے اپنے ہاتھ استعمال کر سکتے ہیں۔

☆☆☆

باب نمبر 4 :

چکروں (CHAKRAS) کے لیے رنگ تھراپی

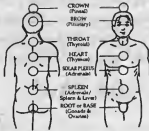
چونکہ انسانی جسم توانائی کا ایک نظام ہے۔ ہم توانائی (انرجی) کی مختلف شکلیں اس نظام کی کارگزاریوں کے ساتھ باہمی عمل سرانجام دینے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔ انسانی چکروں کے نظام کو سمجھنا اس امر کی کلید ہے کہ آپ رنگ کو کشتیابی کے عمل کا وفد ہونے کے ناطے کیسے استعمال کر سکتے ہیں۔ لفظ ”چکر“ (CHAKRA) سکریت زبان کا لفظ ہے اور اس کا مطلب ہے پیر (WHEEL)۔

چکرے جسم میں داخل ہونے والی اور خارج ہونے والی تمام تر توانائی کے بنیادی مصالحت کنندہ (MEDIATORS) ہوتے ہیں۔ وہ ہمارے توانائی کے نظام کی حرکت کی مصالحت کا فریضہ انجام دیتے ہیں۔ اگرچہ وہ کبھی جسم کا حصہ نہیں ہوتے لیکن وہ توانائی کے ان لطیف میڈیٹوں کو جسم کو گھیرے ہوئے ہوتے ہیں جسم کی کارگزاریوں کے ساتھ ملائے/جوڑے ہیں۔ جدید سائنس نے یہ ثابت کیا ہے کہ جسم کے ان حصوں میں جہاں پر چکرے روایتی طور پر موجود ہوتے ہیں۔ لیکٹر و مکنیک اخراج زیادہ ہوتا ہے۔

چکرے جسم کی کلی ایک جسمانی..... جذباتی۔ و ماغی اور روحانی کارگزاریوں کے لیے توانائی تقسیم کرنے میں جسم کی معاونت کرتے ہیں۔ وہ طبی جسم کی کارگزاریوں کے ساتھ بنیادی طور پر اینڈوکرائن (ENDOCRINE) غدودوں کے ذریعے شلک

ہوتے ہیں۔ تمام تر جسم میں توانائی کی تقسیم اعصابی راستوں اور دوران خون کے نظام کے ذریعے ہوتی ہے۔ اس طرح تمام تر اعضاء..... غلبے وغیرہ ارتعاشی توانائی (VIBRATIONAL ENERGY) وصول کرتے ہیں۔

توازن بحال کرنے کی موثر ترین تدابیر میں سے ایک تدبیر رنگ کا استعمال ہے۔ جسم میں انفرادی چکرے مختلف اعضاء اور نظام مخصوص رنگوں کے خلاف اپنے رد عمل کا اظہار کریں گے۔ اگر عدم توازن موجود ہو تو اس صورت میں ہم چکرے کا توازن بحال کرنے کے لیے رنگ یا رنگوں کا مجموعہ استعمال کر سکتے ہیں اور جسم کے ان نظاموں اور توانیوں کا توازن بحال کر سکتے ہیں جس کا تعلق اس چکرے سے ہوتا ہے۔ رنگ کے ارتعاش (VIBRATIONS) جسم کے لیکٹر و مکنیک اخراج کے ساتھ باہمی تعامل انجام دیتے ہیں۔ وہ ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ (VERTEBARE) کو متخل کرتے ہیں۔ ریڑھ کی ہڈی رنگ کی فریکوئنسیز اعصابی راستوں کے ساتھ ساتھ جسم کے اعضاء اور نظام کو متخل کرتی ہے اور توازن بحال ہو جاتا ہے۔ اس کا اطلاق جذباتی اور فنی عدم توازن پر بھی ہوتا ہے جو جسمانی مسائل کی وجہ بن سکتا ہے۔



چکرانظام

چکرے ہماری جسمانی..... جذباتی..... دماغی اور روحانی کارگزاریوں کے لیے توانائی کی تقسیم کے عمل کی معاونت سرانجام دیتے ہیں۔ سات بڑے چکرے آدورک لیمٹ (AURIC FIELD) کے اندر عظیم تراپیکلر مینٹ کارگزاری کے پائش ہیں۔ ہتھ اور پاؤں عظیم کارگزاری کے دیگر پائش ہیں۔ لطیف آدورک توانائیاں (AURIC ENERGIES) ان کے اور گروپ آسانی دریافت کی جاسکتی ہیں۔

☆☆☆

رنگوں کے ساتھ کام کرتے ہوئے انتہائی پریشان کرنے والا پہلو یہ فیصلہ سرانجام دینا ہوتا ہے کہ کون سا رنگ یا کون سے رنگ زیادہ سو مند ثابت ہوں گے۔ اس سلسلے میں آپ لفظی کا شکار بھی ہو سکتے ہیں لیکن اس لفظی سے بچنا ممکن ہے۔ چکروں کے بنیادی علم اور صحت پر ان کے اثرات کے بارے میں جانتے ہوئے..... ہم رنگ قرانی کو بآسانی اپنے لیے سو مند بنا سکتے ہیں۔

اس باب میں اب ہم جو ذکرہ پیش کریں گے وہ چکروں کے نظام کا مختصر معائنہ اور ہماری صحت کے ساتھ ان کے تعلق کے بارے میں ہوگا۔ اس کے بعد وہ طریقہ کار ذکرہ فرمور لایا جائے گا جس کے تحت چکرے کی جانچ سرانجام دی جائے گی تاکہ اس کے رنگ قرانی کی تفصیلات کی جاسکے۔ ایک سادہ چکرانگ قرانی کی مہارت آپ کے لیے پیش کی گئی ہے۔

پیش چکر : سرخ

رنگ کا اطلاق:

اگر کم فعال ہو..... سرخ رنگ استعمال کریں..... اگر زیادہ فعال ہو..... ہزر رنگ استعمال کریں۔ اس کے بعد ایک چھوٹی سی خوراک سرخ رنگ کی دیں۔

جسمانی کارگزاریاں:

یہ چکرانگکس (COCCYX) کے امیڈ میں ریزہ کی ہڈی کی ہٹیں پر واقع ہے۔ یہ دوران خون کے نظام..... تولیدی نظام کے ساتھ بندھا ہوا ہے۔ یہ ہماری زندگی کی بنیادی قوت کا مرکز ہے۔ یہ جسم کے فوٹوں اور دم..... جانگوں..... پاؤں کے امیڈ کو متاثر کرتا ہے۔

باعد طبعیاتی کارگزاریاں:

یہ مرکز شوری اس سطح کے ساتھ بندھا ہوا ہے جو ہماری زندگی کو پرموت کرنے والی توانیوں کو کنٹرول کرتا ہے۔ اگر اسے مناسب تحریک بخشی جائے..... یہ گزشتہ زندگی کی ذہانتوں کی آشنائی پیدا کر سکتا ہے اور خوف و ہراس کو ناکل کر سکتا ہے۔

جذباتی / ذہنی رویے جو ناقص کارکردگی کا

باعث بنتے ہیں

ضرورت سے زیادہ فعال ہٹیں چکر:

جسمانی طور پر چار حیت پسند..... محارب / شریک جنگ..... جلد باز من موچی..... حدود کو پہچاننے سے قاصر..... بے قرار عقلی..... بے حد فعال..... غیر محتاط۔

ضرورت سے کم فعال ہٹیں چکر:

کار پر فازی..... ضرورت سے زیادہ محتاط..... قوت کا ناستہ احساس..... قابض..... پسند یا منظوری کی حاجت..... بے قراری اور تبدیلی لیکن اس پر عمل کرنے سے انکار..... زیادہ تھکا مہ..... آپ جو کچھ کرنا چاہتے ہیں اس کے لیے کوئی توانائی دستیاب نہیں۔ روحی

..... پارہیت محارب / اشریک جنگ کارپردازی۔

تلی (SPLEEN) چکرا

رنگ کا اطلاق:

اگر ضرورت سے کم فعال ہو..... اور رنج رنگ کا اطلاق کریں، اگر ضرورت سے زیادہ فعال ہو نیلا رنگ استعمال کریں، اور اس کے بعد ایک چھوٹی سی خوراک اور رنج رنگ کی استعمال کریں۔

جسمانی کارگزاریاں:

یہ مرکز جزوی طور پر ADRENAL GLANDS کی کارگزاری کے ساتھ بندھا ہوا ہوتا ہے۔ یہ تولیدی نظام پر اثرات مرتب کرنے کے علاوہ تمام تر اعصابی نظام پر اثرات مرتب کرتا ہے۔ یہ جسم کے اخراج کے نظام پر اثر انداز ہوتا ہے اور تلی..... مثلاً..... لہبہ اور گردوں کی کارگزاری پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔ جسم کو زہریلے مواد سے پاک کرنے کا یہ ایک بڑا مرکز ہے۔

ما بعد الطبیعیاتی کارگزاریاں:

یہ مرکز حسیت اور جذبات..... خواہش..... خوشی اور غصہ کو متاثر کرتا ہے۔ یہ تخلیق کاری کے شعور کے ساتھ جڑا ہوا ہے۔ یہ شخصیت کی بہت سی کارگزاریوں کو کنٹرول کرتا ہے۔ اس کو رنگ کے ساتھ تحریک بخشی جاسکتی ہے اور توانائیوں کے ساتھ اس کے ابلاغ کو ممکن بنایا جاسکتا ہے۔

جذباتی / ذہنی رویے جو ناقص کارگزاری کا

باعث بنتے ہیں

ضرورت سے زیادہ فعال تلی کا چکرا

خود غرض..... ملحدہ..... شہوت پرست..... جذباتی..... قوت و اطمینان کی طلب۔

ضرورت سے کم فعال تلی کا چکرا:

دوسروں پر عدم اعتمادی..... جذبات کا اظہار کرنے سے قاصر..... دوسرے کیا سوچتے ہیں اس کے بارے میں گہرے اندیشے والا..... غیر سماجی..... جھوم کی پیروی کرنے والا۔

سولر پلکس (SOLAR PLEXUS) چکرا:

اگر ضرورت سے کم فعال ہو..... زورور رنگ استعمال کریں۔
اگر ضرورت سے زیادہ فعال ہو..... بنفشی یا نارنجی رنگ زورور رنگ کی بجلی سی خوراک کے ساتھ استعمال کریں۔

جسمانی کارگزاریاں:

یہ چکرا جسم کے سولر پلکس ایمپلا کے ساتھ بندھا ہوا ہے۔ اس میں نظام ہضم..... معدہ..... جگر..... اور مثانہ شامل ہے۔ یہ غذا کو جزو بدن بنانے میں جسم کی معاونت کرتا ہے۔ یہ دماغ کے بائیں حصے کی کارگزاری کے ساتھ بھی بندھا ہوا ہے۔ بہت سی بیماریاں مثلاً السر..... آنکھوں کی بیماریاں وغیرہ اس مرکز کے ساتھ کام کرنے سے دفع ہو جاتی ہیں۔

مابعد الطبیعیاتی کارگرزاریاں:

یہ چکرا شعور کی اس سطح کے ساتھ بندھا ہوا ہے جو ہمیں دوسروں کے جذبات اور احساسات کا شعور بخشتی ہے۔ اس کو جب تحریک بخشتی جاتی ہے یہ دیگر روحوں کی ذہانتوں اور اہلیتوں کی آشنائی کے دروازے کھولتا ہے۔ یہ ہمیں فطرت کے حاصر کے ساتھ ہم آہنگ بناتا ہے۔

جذباتی / ذہنی رویے جو ناقص کارگرزاری کا

باعث بنتے ہیں

ضرورت سے زیادہ فعال سولر پلکسس (SOLAR)

PLEXUS چکرا

ہمیشہ منصوبہ بندی کرتے رہنا لیکن اس پر عمل نہ کرنا۔ خدشی۔ ہمت دھرم۔ مسلسل جدلی اور لڑائی اور کار رکھنے والا۔

ضرورت سے کم فعال سولر پلکسس چکرا

شہرت سے عروہی کا احساس۔ تنہا۔ تنہائی محسوس کرنے والا

دل کا چکرا : سبز

رنگ کا اطلاق:

اگر ضرورت سے کم فعال ہو۔ سبز رنگ استعمال کریں۔ اگر ضرورت سے زیادہ فعال ہو۔ سبز رنگ کے بعد گلابی یا ساٹھ رنگ استعمال کریں۔

جسمانی کارگرزاریاں:

یہ مرکز قحاس گینڈ (THYMUS GLAND) اور جسم کے تمام تر مدافعتی نظام پر اثر انداز ہوتا ہے۔ یہ دل کے ساتھ بندھا ہوا ہوتا ہے اور دیکھ بھولوں کی کارگرزاریوں کے ساتھ بندھا ہوا ہوتا ہے۔ یہ غذا کو جذب و پختہ بنانے کے نظام پر اثر انداز ہوتا ہے۔ یہ بچپن کی بیماریوں پر نفوذات اثرات کا حامل ہے اور ان کے خلاف ایک مضبوط مدافعتی نظام کی نشوونما پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔

مابعد الطبیعیاتی کارگرزاریاں:

یہ مرکز دیگر چکروں کی کارگرزاریوں کو توازن سے ہٹا کر رکھتا ہے۔ اگر یہ چکرا عدم توازن کا شکار ہو تو دیگر چکر سے بھی عدم توازن کا شکار ہوں گے۔ یہ شعور کی اس سطح کے ساتھ بندھا ہوا ہوتا ہے جو ہمدردی کے جذبات پیدا کرتا ہے اور شفا پائی کی ہماری پیداواری اہلیتوں کو بھی بیدار کرتا ہے۔ اگر اسے رنگ کے ساتھ مناسب تحریک بخشتی جائے تو یہ نباتات اور جانوروں میں نہایت گہری قوتیں دیکھنے کی اہلیت کو بیدار کرتا ہے اور دوسروں کے جذبات کا علم بھی عطا کرتا ہے۔

جذباتی / ذہنی رویے جو ناقص کارگرزاری کا باعث بنتے ہیں:

خسہ۔ حسد۔ دوسروں کو سودا افراہم ٹھہرانا۔ ضرورت سے زیادہ احتیاط۔ کسی کے حصے کا تادمہ خود حاصل کرنا۔

ضرورت سے کم فعال دل کا چکرا:

عزت نفس کی مسلسل یقین دہانی حاصل کرنے کی ضرورت۔ غیر یقینی۔ قوت ارادی سے کام لینے سے قاصر۔ جذبہ ہمدردی سے عاری۔ محبت نہ کیے جانے کا احساس کرنے والا۔ شک و شبہ والی طبیعت رکھنے والا۔

گلے کا چکرا: نیلارنگ

رنگ کا اطلاق:

اگر ضرورت سے کم فعال ہو..... نیلارنگ استعمال کریں۔

اگر ضرورت سے زیادہ فعال ہو اور جگر رنگ کے بعد نیلے رنگ کی ایک بھی خوراک استعمال کریں۔

جسمانی کارگزاریاں:

گلے کا چکرا گھٹے..... منہ..... دانتوں..... قحائی رانیذ وغیرہ کی کارگزاریوں کے ساتھ بندھا ہوا ہے۔ یہ شخص کے نظام پراثر انداز ہوتا ہے۔

مابعد الطبیعیاتی کارگزاریاں:

یہ چکر ادائیں دماغ کی کارگزاریوں اور دماغ کی حقیقی کارگزاریوں کے ساتھ بندھا ہوا ہوتا ہے۔ اس کو رنگ کے ذریعے تحریک بخشی جاسکتی ہے۔ اسے دوسروں کی سوچ کے اور ادراک کے لیے بھی تحریک بخشی جاسکتی ہے (مثلاً ہتھی) اور اسے شعور کی اس سطح بیدار کیا جاسکتا ہے جو فطرت کے حقیقی اصولوں کی بصیرت رکھتی ہے۔ جذباتی / وقتی رویے جو ناقص کارکردگی کا باعث بنتے ہیں۔

ضرورت سے زیادہ فعال گلے کا چکرا:

حکمانہ..... ہٹ دھرم..... حسب..... زیادہ روغلی..... حقیقی ثابت کرنے والا..... روایت کے ساتھ چٹنے والا۔

ضرورت سے کم فعال گلے کا چکرا:

دوسروں کے سامنے ہتھیار ڈالنے والا..... تبدیلی پر مزاحمت کرنے والا..... روئل

کے اکتھار میں سستی کرنے والا..... ضدی

برو چکرا (BROW CHAKRA): رنگ INDIGO

رنگ کا اطلاق:

اگر ضرورت سے کم فعال ہو..... INDIGO رنگ استعمال کریں۔

اگر ضرورت سے زیادہ فعال ہو..... سافٹ اور رنج کے بعد INDIGO رنگ کی بھی خوراک استعمال کریں۔

جسمانی کارگزاریاں:

برو مرکز (BROW CENTER) جسم کے مدافعتی نظام کے ساتھ روابط رکھتا ہے۔ یہ دماغ پراثر انداز ہوتا ہے اور دماغ کے دائیں اور بائیں دونوں حصوں کے توازن کی کلید ہے، یہ آنکھوں..... کانوں..... اور چہرے پراثر انداز ہوتا ہے۔

مابعد الطبیعیاتی کارگزاریاں:

یہ مرکز جسم کے تمام تربینکٹ ازم (ہماری توانائیوں کے زنانہ پہلو) پراثر انداز ہوتا ہے۔ یہ حجت اشعور کی اس سطح کے ساتھ جڑا ہوا ہوتا ہے جو وجدان..... حقیقی تصور وغیرہ کو کنٹرول کرتی ہے۔

جذباتی / ذہنی رویے جو ناقص کارگزاری کا

باعث بنتے ہیں

ضرورت سے زیادہ فعال برو چکرا:

غم و فکر کرنے والا..... خوف و ہراس کا شکار..... زیادہ حساس..... بے صبرا.....

دوسروں کے رویوں کا شاک۔

ضرورت سے کم فعال بروچکرا

شب و صبح کا حال..... دوسروں کی ذہانتوں سے حسد کرنے والا..... بھول جانے والا..... شکوک..... خوف و ہراس کا شکار ہو۔

کراؤن چکرا: بنفشی رنگ

رنگ کا اطلاق:

اگر ضرورت سے کم فعال ہو..... بنفشی رنگ استعمال کریں۔
اگر ضرورت سے زیادہ فعال ہو..... زرد رنگ کے بعد بنفشی رنگ کی ایک ہلکی سی خوراک استعمال کریں۔

جسمانی کارگزاریاں:

یہ مرکز تمام تر اعصابی نظام پر اثر انداز ہوتا ہے اور تمام تر ہڈیوں کے ڈھانچے کے نظام پر اثر انداز ہوتا ہے۔

ماہجہ الطبعیاتی کارگزاریاں:

یہ چکرا تحت اشعوری و ملائکہ کی اس سطح کے ساتھ جڑا ہوا ہے جو ہماری روحانیت کے ساتھ بندھی ہوئی ہے۔ یہ وہ مرکز ہے جو ہمیں کائنات کی بلند تر قوتوں کے ساتھ ہم آہنگ بناتا ہے اور یہ ہماری لطیف توانائیوں کے اجسام پر نہایت قوت انداز میں اثر انداز ہوتا ہے اور ان کو طہارت اور پاکیزگی بخشتا ہے یہ مرکز گذشتہ زندگیوں کے ساتھ جڑا ہوا ہے اور موجودہ زندگی پر ان کے اثرات کے ساتھ جڑا ہوا ہے۔

جذباتی / ذہنی رویے جو ناقص کارگزاری کا

باعث بنتے ہیں

ضرورت سے زیادہ فعال کراؤن چکرا

شدت کے ساتھ محبت کا تصور کرنے والا..... مقبولیت کی ضرورت محسوس کرنے والا اور اپنے آپ کو ناکزیر تصور کرنے والا۔ ہمدردی کی ضرورت محسوس کرنے والا۔

ضرورت سے کم فعال کراؤن چکرا:

غلا جی کا شکار ہونا محسوس کرنا..... شرم محسوس کرنا..... اپنی ذات کی نفی کرنا..... اپنی ذات کا منفی تصور قائم کرنا..... نرم دلی اور شفقت سے محرومی۔

چکرے کی تشخیص کا عمل

قدیم استاد اپنے طلباء کو یہ سکھاتے تھے کہ وہ ہمیشہ ہوشیار رہیں اور چمکنے والی اس کا مطلب یہ تھا کہ مختلف جذبیوں اور رویوں کی جانب توجہ دیں۔ وہ جذبہ ہمدردی کے جن کا تجربہ وہ دہرے دہرے دوران کرتے تھے۔ جوں ہی وہ ایسا کرتے تھے وہ یہ شخصیں کر پاتے تھے کہ کون سا چکرا مرکز یا مرکز عدم توازن کا شکار تھے۔ اس کے علاوہ ان مراکز کو توازن سے ہٹانا کرنے کی تدابیر بروئے کار لاتے تھے اور یہ کام دن کے خاتمے پر انجام دیتے تھے۔ اس طرح عدم توازن میں اضافہ ہونے کا احتیال نہیں رہتا تھا اور اس طرح جسمانی مسئلہ منظر عام پر نہ آتا تھا۔ ہم بھی یہی کچھ انجام دے سکتے ہیں۔

ہم نے ابھی ابھی جسم کے چکروں کے نظام کا مطالعہ کیا ہے۔ اب ہم یہ سمجھتے ہیں کہ کئی ایک جسمانی نظام اور جسم کے اعضا کیسے چکروں سے متاثر ہوتے ہیں اور کیسے جذباتی اور

دستی روپے پکروں کی جیس کا کردگی کا باعث بن سکتے ہیں۔ ہم نے پکروں کے لیے بنیادی رنگوں کا مطالعہ بھی کیا۔

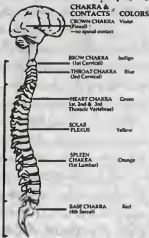
ہم نے جو علم اب تک حاصل کیا ہے اس کی بنا پر اب ہم پکروں کی تفتیش کرنے کے لیے تیار ہیں۔ تفتیش کی اس مہارت کے تحت..... ہم مسئلے کے ظہار یا تفتیش کریں گے اور یہ تفتیش بھی کریں گے کہ کون سا پکرا ہم تو از ان کا ظہار ہے۔ عام طور پر..... پکرا جس کا تعلق مخصوص مسئلے سے ہے وہ ضرورت سے زیادہ فعال یا ضرورت سے کم فعال ہوگا۔

جیسا کہ آپ جانتے ہیں کہ مخصوص رنگ موجود ہیں جو پکروں کو تو از ان سے ہسکار کرنے میں مفید ثابت ہوتے ہیں۔ وہ رنگ اور صورت حال پہلے ہی اس کتاب میں بیان کیے جا چکے ہیں۔ ہم ان مخصوص رنگوں کو پکروں کو تو از ان سے ہسکار کرنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں اور اس طرح ہم جسمانی..... جذباتی..... دستی اور روحانی مسئلے سے نجات حاصل کرنے میں کامیاب ہو سکتے ہیں۔ ضرورت سے کم فعال پکرا عام طور پر وہ پکرا ہوتا ہے جس میں توانائی آزادی کے ساتھ نہیں بہہ رہی ہوتی۔ ایسے پکروں میں اور اس کے جسمانی نظام میں توانائی آزادی کے ساتھ نہیں بہہ رہی ہوتی۔ اسکی بنیاد رکھنے والا پکرا مثال کے طور پر بذات خود ایسی جسمانی صورت حال کی عکاسی کر سکتا ہے جیسے تھکاوٹ..... خون کی کمی وغیرہ۔ یہ بات ذہن میں رکھیں کہ یہ ہماری بنیادی زندگی کی قوت کا مرکز ہے اور اگر اس میں توانائی کا بھاء آزادانہ ہوگا اور یہ رکاوٹ کا ظہار ہوگا تب ہمیں ہماری کارگزاریوں کی انجام دہی کے لیے دن بھر کے دوران کافی زیادہ توانائی حاصل نہ ہوگی۔ سرخ رنگ کا اطلاق جس پکروں کو تھک چکے ہیں اور یہ فعال بن سکتا ہے۔

پکروں کے ریڑھ کی ہڈی سے روابطہ

رنگ کے ارتعاش پکروں کے ذریعے داخل ہوتے ہیں۔ وہ پکروں کو تو از ان سے ہسکار کرتے ہیں اور ریڑھ کی ہڈی کے جڑ میں چھل ہوتا ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کا جو مختلف اعضاء کے اعصابی راستوں اور نظاموں کی جانب منتقل کرتا ہے جن کے ساتھ وہ جڑے

ہوتے ہیں۔ توازن بحال ہو جاتا ہے۔



☆☆☆

ضرورت سے زیادہ فعال پکرا وہ پکرا ہوتا ہے جسے ضرورت سے زیادہ تحریک میسر آتی ہے اس مرکز کے اندر اور باہر زیادہ توانائی کھینچی جلی آتی ہے۔ مثال کے طور پر ضرورت سے زیادہ فعال ہیں پکرا ہائی بلڈ پریشر کے ذریعے اپنی عکاسی کر سکتا ہے۔ بزرگ کا اطلاق جیسا کہ باب نمبر 1 میں اس پکروں کے لیے بیان کیا گیا ہے اس پکروں کو پر سکون بنائے گا۔

ایک عام قانون / دستور / اصول یہ ہے کہ ضرورت سے کم فعال پکروں کا علاج اس کے بنیادی رنگ کی ایک طاقتور خوراک سے کیا جاسکتا ہے اور ضرورت سے زیادہ فعال پکروں کا علاج اس کے مخالف رنگ کے استعمال سے کیا جاتا ہے۔ یہ جاننے کے لیے کہ

کون سے رنگ مخالف رنگ ہیں..... آپ ”مخالف رنگوں کے چارٹ“ کی جانب رجوع کریں۔ اگر آپ ٹک دھبے کا شکار ہوئے تو آپ دونوں رنگوں کی مختلف مقدار کا اطلاق پتھر مرکز پر کریں۔ مخالف رنگ ایک دوسرے کو متوازن کرتے ہیں۔

اس عمل میں محض درج ذیل بنیادی اقدامات کی پیروی پر توجہ مرکوز رکھیں۔

(1) یہ تشخیص کریں کہ کون سے پتھرے یا پتھروں کے عدم توازن کا شکار ہونے کا زیادہ احتمال ہے۔ جسمانی صورت حال..... کئی ایک جذباتی اور فانی روپے آپ کو یہ مرکز تلاش کرنے میں معاون ثابت ہوں گے۔ باب نمبر 1 میں دیئے گئے چارٹ اپنی معاونت کے لیے استعمال کریں۔

(2) یہ تشخیص کریں کہ کیا پتھر ضرورت سے زیادہ فعال ہے یا ضرورت سے کم فعال ہے اگر وہ ضرورت سے کم فعال ہے تو توانائی اور متعلقہ جسمانی نظاموں کی کارکردگی رکاوٹ کی شکل میں درست روی کا شکار دکھائی دے گی۔ اگر وہ ضرورت سے زیادہ فعال ہوگا تو اس کی عکاسی بے چینی..... بے قراری..... اور ہائی بلڈ پریشر سے ہوگی۔

(3) رنگ کی خرابی کا اطلاق کریں۔ آپ اس باب کے آخر میں بیان کیے گئے طریقے یا کسی بھی طریقوں کا مجموعہ جو اس پوری کتاب میں بیان کیا گیا ہے اسے استعمال کر سکتے ہیں۔ رنگ سے علاج کا دورانیہ مختلف ہوگا۔ بہت سی صورتوں میں آپ کو اپنا وجدان استعمال کرنا ہوگا۔ پانچ یا دس منٹ فی رنگ موثر اور کافی ہیں۔ علاج کے دورانیے کی تشخیص کے لیے آپ اگلے باب میں بیان کردہ مہارتوں سے استفادہ کر سکتے ہیں۔

(4) مخصوص پتھرے کے لیے رنگ کا اطلاق کرنے کے بعد..... یا امر مفید ثابت ہوگا کہ آپ تمام تر سات پتھروں کے مرکز کا عام توازن برقرار رکھیں۔ جو ایک پتھر مرکز کے لیے اس تاچہ درہ سینڈل کے دورانیے پر محیط رنگ کا علاج کریں اور دیکھیں سے کہ ان تک عمل کریں۔ اس طرح آپ کے نظام کو طویل استحکام بھرا آئے گا۔



مخالف رنگوں کا چارٹ

اب ہم یہ تشخیص کرتے ہیں کہ ایک پتھر عدم توازن کا شکار ہے..... اس کے بعد ہمیں تشخیص کرنا ہوگی کہ کیا یہ ضرورت سے زیادہ فعال ہے یا ضرورت سے کم فعال ہے۔ اگر یہ ضرورت سے کم فعال ہے تب ہم محض اس پتھرے کے مرکز کے بنیادی رنگ کا اطلاق کریں گے۔ اگر یہ پتھر ضرورت سے زیادہ فعال ہے تو ہم توازن بحال کرنے کے لیے اس کے مخالف رنگ کا اطلاق کریں گے۔

☆☆☆

پتھروں کے لیے رنگ تھراپی

ہم روزانہ اپنے آپ کو توازن سے ہٹتا رہنے کے لیے رنگ تھراپی استعمال کر سکتے ہیں۔ اس طرح ہم اپنے آپ کو مضبوط تر..... زیادہ توازن سے ہٹتا رکھ سکتے ہیں۔ روزانہ اس توازن کے حصول کے لیے کتاب پھر میں بیان کردہ رنگوں کے اطلاق کا کوئی بھی طریقہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔ آپ یہ کام اس طور پر بنیادی انجام دے سکتے ہیں کہ آپ کسی بھی پتھر کے اسٹوریج مختلف رنگوں کے کپڑے کے مربع ٹکڑے کے ٹکڑے خرید لیں جو 30 سانت فی کلوگرام کے حساب سے دستیاب ہیں۔ یہ توں قوت کے تمام رنگوں کے علاوہ دیگر

شیزوں میں بھی دستیاب ہوتے ہیں۔ ایک مرتبہ جب آپ انگوں خرید لیں گے آپ روزانہ پکارا رنگ تو اذن قائم کرنے کا کام بخوبی اور جلد انجام دے سکتے ہیں۔

(1) یہ یقین دہانی حاصل کریں 10+15 منٹ تک آپ کسی مثل اندازی کا شکار نہ ہوں گے اور اس سے زائد وقت بھی بھاری صرف ہوتا ہے۔ یہ یقین دہانی بھی حاصل کریں کہ آپ کا فون ہک سے تار لیا گیا ہے۔

(2) کمر کے بل فرش پر لیٹ جائیں یا اپنے پیڑ پر لیٹ جائیں۔ اپنے کپڑے ساتوں نکلوے (سرخ..... اورنج..... زرد..... سبز..... نیلا..... INDIGO..... اور بنفشی) اپنے پاس رکھیں۔

(3) اپنی آنکھیں بند کر لیں اور ہر سکون ہو جائیں۔ سات گہرے سانس لیں، جوں ہی آپ ہر سکون ہونے کا آغاز کریں۔ الٹ ترتیب کے تحت دن بھر ہر ایک نظر دوڑائیں۔ اس لمحے سے آغاز کریں جس لمحے آپ فرش یا بستر پر روزانہ ہوتے تھے اور دن بھر کے واقعات پر نظر دوڑائیں..... اسی طرح نظر دوڑاتے ہوئے اس لمحے تک جاؤں گے جس لمحے آپ صبح سویرے بستر سے علیحدہ ہوئے تھے (جب ہم الٹ ترتیب کے تحت دن بھر کے واقعات پر نظر دوڑائیں گے۔ ہم زیادہ توجہ مبذول پائیں گے۔ اور اس طرح ہم کسی واقعہ کو نظر انداز نہ کریں گے)

(4) بڑے جذبات اور رویوں کو نوٹ کریں جن کے تجربے سے آپ دوچار ہوتے تھے۔ ان سے کون سا پکارا زیادہ متاثر ہوا تھا؟ گذشتہ صفحات پر بیان کردہ پکاروں کے بارے میں معلومات سے استفادہ کریں۔

(5) جب آپ اپنی تھیں مکمل کر لیں..... ان پکاروں کے رنگوں کے کپڑوں کے نکلوے لیں جن کی شناخت آپ نے انہی انجام دی تھی اور انگوں اپنے جسم کے ان حصوں پر رکھیں جو حصوں پکاروں کے ساتھ منسلک ہیں۔

(6) جوں ہی آپ پکارا پائنتس پر نگہ دار کپڑے کے نکلوے رکھتے ہوئے لیٹے ہوئے ہوں..... یہ تصور کریں کہ رنگ جذب ہو رہے ہیں اور آپ کے جسم میں کچھ پٹے جا رہے

ہیں اور یہ تصور بھی کریں کہ جوں ہی آپ لیٹے ہوئے ہیں پکارے رنگ کی وجہ سے توازن کا شکار ہو رہے ہیں۔ کئی ایک گہرے سانس لیں..... اس دوران آپ ہر ایک پکارے پر فوکس کریں اور کپڑے سے رنگ اپنے جسم میں کچھنے کے عمل پر فوکس کریں تاکہ توازن بحال ہو سکے۔ اس عمل کو تین تا پانچ منٹ تک جاری رکھیں یا حتیٰ کہ آپ محسوس کریں کہ وہ توازن سے ہٹتا رہے ہوئے ہیں۔

(7) اب تمام تر سات رنگوں کے حامل کپڑے کے نکلوے جسم کے پکارا پائنتس پر رکھیں جیسا کہ تصویر میں دکھایا گیا ہے۔ گہرا سانس لیں اور اپنے جسم کو اجازت فراہم کریں کہ وہ قوس قزح کی توانائیوں کو جذب کرے۔ یہ تصور کریں کہ وہ ہم آہنگ بن رہی ہیں اور قوت فراہم کر رہی ہیں۔ یہ بھی تصور کریں کہ آپ کے جسم کے تمام تر سوشیا لوجیکل پہلو توازن سے ہٹنا ہو رہے ہیں اور شفایابی سے ہٹنا ہو رہے ہیں جوئی آپ پکارا کر کے ذریعے رنگ جذب کرتے ہیں۔ کپڑوں کے ان نکلوں کو پانچ تا دس سیٹ پکارا پائنتس پر پڑا رہنے دیں یا اس وقت تک پڑا رہنے دیں حتیٰ کہ آپ مکمل توازن اور ہم آہنگی محسوس کریں۔



چکرانگر تھراپی (چکرانگ تھراپی)

ان چکرانگراکز پر تھین کپڑے کے ٹکڑے دیکھتے ہوئے آغا ذکر کریں جن کے بارے میں آپ نے یہ تھیں سرانجام دی تھی کہ ان کے مدد تو ان کا احتمال ہے۔

اس کے بعد تھین کپڑے کے ٹکڑے سات چکروں میں سے ہر ایک چکر پر رکھیں۔ یہ یقین دہانی حاصل کریں کہ آپ ہر ایک مرکز کے لیے مناسب رنگ استعمال کر رہے ہیں اس کے بعد اپنے جسم کو کئی منٹوں تک توانائی جذب کرنے کی اجازت فراہم کریں۔

☆☆☆

باب نمبر 5 :

جن رنگوں کی ضرورت درپیش ہے ان کی تشخیص سرانجام دینے کا عمل

رنگوں کے ساتھ کام کرتے ہوئے سب سے زیادہ پریشان کن پہلو یہ فیصلہ کرنا ہوتا ہے کہ کون سا رنگ یا کون سے رنگ زیادہ سودمند ثابت ہو سکتے ہیں۔ یہ ایک مشکل مرحلہ ہے لیکن ناممکن نہیں ہے۔

ہم نے ایسا ہی ایک طریقہ گزشتہ باب میں پڑھا تھا..... پھرے کی تشخیص کے ضمن میں مختلف صورت احوال (جسمانی یا دیگر) ذکر نور لاتے ہوئے جو اس وقت کسی فرد پر اثر انداز ہو رہی ہوتی ہیں۔ اس باب میں ہم رنگ کی تشخیص کے دو اور طریقوں کی تحقیق و تفتیش کریں گے۔ یہ تمام طریقے علیحدہ طور پر یا مجموعی طور پر مدد کے کاروائے جاسکتے ہیں۔ ہم محض ان لطیف اثرات کی شناخت کا کام کر رہے ہیں جو ہمیں متاثر کرتے ہیں اور اس طرح ہم مناسب ترین رنگ تھراپی کی تشخیص کر سکتے ہیں جو ہمارے لیے زیادہ سودمند ثابت ہوگی۔

ریڈس تھیسیا (RADIESTHESIA)

کے ذریعے رنگ تھراپی کی تشخیص کا عمل

ریڈس تھیسیا یہ طریقہ کار ہے جس کے تحت انرجی ری ڈی ایشن کی تشخیص کی جاتی



عام پینکٹس..... کراس اور چین (CHAIN)

☆☆☆

پینڈولم کے استعمال کا پہلا مرحلہ یہ ہے کہ اسے محسوس کیا جائے۔ ایک ڈیمک یا میز پر بیٹھ جائیں۔ اپنے پاؤں فرش پر ہموار رکھیں۔ آپ کی کہلی ڈیمک پر ہونی چاہیے۔ چین کے آخری سرے سے پینڈولم کو پکڑیں۔ اپنے انگوٹھے اور انگشت شہادت کے ساتھ پکڑیں۔ ایک یا دو لمبے کے لیے اسے ٹھکے دیں۔ اب اس کو گھڑی کی سوئیوں کی سمت میں آہستگی کے ساتھ گھمائیں۔ اسے رکنے دیں اور دوبارہ اسے گھڑی کی سوئیوں کی مختلف سمت میں گھمائیں۔ اس کے بعد اسے عمودی..... افقی..... اور آڈائز چھا حرکت دیں۔ اسے محسوس کرتے ہوئے بندھنوں پر ہیں۔

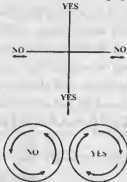
اگلا مرحلہ اسے یہ سکھانا ہے کہ تحت اشعور دماغ کا جواب کیسے دیتا ہے۔ یہ آپ کے کپیروٹی پروگرامنگ کی پلانڈ ہے۔ آپ اسے بتا رہے ہیں کہ آپ کسی قسم کے فیزیکی کی توقع رکھتے ہیں تاکہ آپ اس وقت اس کی حرکت کو سمجھنے کے قابل ہوں جب آپ اس سے سوالات پوچھیں۔ اسی قسم کی تصاویر کاغذ پر بنائیں اور انہیں ڈیمک پر رکھیں۔ پینڈولم کو اس کے درمیان سے لگائیں۔

پینڈولم کی حرکات کی پروگرامنگ سرانجام دینا

اپنے آپ کو آواز بلند بتائیں:

”جب میں ایک سوال پوچھوں گا اور جواب ہاں میں ہوگا..... میرا تحت اشعور پینڈولم کو حرکت دے گا (ہدایت)۔“

آپ اس طریقے کی پیروی بھی کر سکتے ہیں جس کو ہم نے یہاں پر بیان کیا ہے جس کے تحت ”ہاں“ عمودی طور سے مطابقت رکھتا ہے۔ اس پوائنٹ پر اپنے پینڈولم کو آہستگی کے ساتھ عمودی لائن میں گھمائیں۔ آپ محسوس تحت اشعور دماغ کی پروگرامنگ کا مرحلہ سر کر رہے ہیں کہ آپ کے سوالات کے جواب میں پینڈولم کو کیسے گھمانا ہے۔ اگر آپ چاہیں تو آپ گولائی میں بھی گھما سکتے ہیں۔ اس عمل کو دن بھر میں کئی مشنوں تک انجام دیں اور کم از کم ایک ہفتے تک انجام دیتے رہیں۔



جوں ہی آپ اپنے پینڈولم کو پروگرام کرنے کا آغاز کریں..... اسے ٹیٹ کریں۔ اپنے آپ پر یہ ثابت کریں کہ یہ کام کرنا۔ اپنی کہلی آرام کے ساتھ ڈیمک پر رکھیں اور پینڈولم کو ساکت ٹھکے دیں۔ لفظ ”ہاں“ کے بارے میں سوچیں اسے اپنے ذہن میں دہرائیں اور اپنی آنکھوں کو اجازت دیں کہ وہ ”ہاں“ کی لائن پر اوپر نیچے دیکھیں۔ اس وقت تک یہ عمل جاری رکھیں حتیٰ کہ پینڈولم بذات خود اوپر اور نیچے حرکت کرنے لگے۔ پرسکون رہیں۔ اب ”اٹاپ“ کے بارے میں سوچیں۔ جوں ہی پینڈولم رک جائے تب ”ہاں“ کی لائن استعمال کرتے ہوئے اس عمل کو دہرائیں۔

جب آپ پینڈولم اور اس کے آپریشن کے عادی ہو جاتے ہیں۔۔۔ آپ اسے اپنے تحت اشعور اور وجدان سے یہ پوچھنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں کہ کس رنگ یا رنگوں کی ضرورت ہے۔ ایک چھوٹا سا چارٹ بنائیں جس پر رنگوں کی فہرست موجود ہو (تھویر چھوٹا پینڈولم کے ساتھ رنگوں کی تشخیص کرنا ملاحظہ ہو) ہر ایک رنگ کے اوپر پینڈولم لٹکاتے ہوئے۔۔۔ سوال پوچھیں۔۔۔
”کیا اس رنگ کی ضرورت ہے۔“

(خالی جگہ پر اپنا نام تحریر کریں یا اس کا نام تحریر کریں جس کا آپ علاج کر رہے ہیں) اگر پینڈولم ”ہاں“ میں جواب دیتا ہے اس جانب توجہ دیں کہ اس کی حرکت کس قدر توانا ہے۔ شدت اور اسپید یہ ظاہر کرتی ہے کہ اس مخصوص رنگ کی کس قدر ضرورت ہے۔ حرکت جس قدر تیز تر ہوگی۔۔۔ آپ کو اس رنگ کی ”ضرورت“ اسی قدر زیادہ ہوگی۔ اپنے چارٹ پر درج ہر ایک رنگ کے ساتھ اپنے پینڈولم کے ساتھ یہی عمل دہرائیں۔ آپ اپنا سوال پوچھیں تا کہ اس کا جواب ”ہاں“ یا ”نہیں“ میں دیا جاسکے۔ اس کے بعد رنگ کے علاج کا اطلاق کریں اور اس کتاب میں بیان کردہ کسی بھی طریقے کے تحت آپ ایسا کر سکتے ہیں۔

علاج کے بعد۔۔۔ آپ یہ جانتا چاہیں گے کہ کیا مزید علاج کی ضرورت ہے۔ اپنے پینڈولم کو ایسے سوالات پوچھیں جیسے:

”کیا۔۔۔ مزید سرخ رنگ کی ضرورت ہے۔“
”کیا علاج کے لیے باقی منٹ کافی ہیں“

مشق کے ساتھ آپ پینڈولم کے استعمال کو سمجھ جائیں گے اور آپ زیادہ درستگی کے ساتھ اپنے رنگ کے علاج کے اثرات ٹیسٹ کر سکیں گے اور اس کی تصدیق کر سکیں گے۔

کن شیالوجی (KINESIOLOGY) کے ذریعے رنگ تھراپی کی تشخیص سرانجام دینا

کن شیالوجی جسم میں پنوں کی حرکات کا مطالعہ ہے۔۔۔ ارادی یا غیر ارادی طور پر۔۔۔ اور ہمارے ہاتھ توانائی نظام کے ساتھ ان کا پابندی ملے۔ اس مطالعہ کا ایک حصہ جسم کے پنوں اور ایکٹریکل سسٹم کے درمیان تعلق پر بنیاد کرتا ہے۔ جو کئی ہفتہ حرکت کرتا ہے سکڑتا ہے یا پھیلتا ہے۔۔۔ ایکٹریکل انرجی خارج ہوتی ہے۔ اگر پنوں پر ضرورت سے زیادہ بوجھ ڈالا جائے۔۔۔ ان سے ضرورت سے زیادہ کام لیا جائے تب بہت زیادہ ایکٹریکل انرجی خارج ہوتی ہے اور اس کے نیچے میں پنوں میں درد۔۔۔ کمزوری۔۔۔ اور تھکاوٹ محسوس ہوتی ہے۔ اکثر پنوں سے زیادہ کام نہ لیا جائے تب بہت زیادہ مکینک انرجی جمع ہو جاتی ہے اور پیچھے پڑ جاتے ہیں اور ان کے گرو جی پی جمع ہو جاتی ہے۔



پینڈولم کے ساتھ رنگوں کی تشخیص سرانجام دینا
جب آپ پینڈولم کے استعمال میں مہارت حاصل کر لیں۔۔۔ کلر چارٹ کا استعمال

کریں جو ان رنگوں کی تخصیص سرانجام دینے میں آپ کا معاون ثابت ہوگا جو قمرانی اور صحت کے لیے انتہائی سودمند ہوں گے۔ ہاری باری پنڈ و لم کو آؤ زادانہ طور پر ہر ایک رنگ کے اوپر لٹائیں اور سوال پوچھیں:

”کیا اس رنگ کی ضرورت ہے؟“

پنڈ و لم کی حرکت آپ کو جواب دے گی۔ علاج کے بعد..... آپ ایک مرتبہ پھر رنگوں کو چیک کر سکتے ہیں اور محض ”ہاں“ اور ”ناں“ سوال کا نظریہ استعمال کرتے ہوئے

”کیا سرخ رنگ کی مزید ضرورت ہے؟“

”کیا..... مزید غنئی رنگ کی ضرورت ہے؟“

پنڈ و لم آپ کے وجدان تک آپ کی رسائی کے حصول میں معاون ثابت ہوگا لہذا رنگ کا اطلاق زیادہ سودمند طریقے سے کرنا ممکن ہوگا۔

ہماری سوچیں اور جذبات دماغ کی گہروں کے مخصوص حصے کو ظاہر کرتے ہیں.....

الٹیر و سٹینک فری کوئی چیز..... جو ہمارے احصاب کی کارگزاری اور ہمارے جسم کے تمام تر الٹیر و سٹینک کے ساتھ مزاحم ہو سکتی ہیں۔ یہی وجہ تھی کہ باب نمبر ۱۰ میں ہم نے مخصوص جذباتی اور فیزیکی رویوں کی نشاندہی کی تھی جو نفس کارگزاری کا سبب بن سکتے ہیں۔ وہ جسم کے کسی سوشالوجیکل پراس کو ”شارڈ سرکٹ“ بن سکتے ہیں۔ بہت زیادہ فنی توانائی بنوں کو کمزور کر دے گی۔ اگر ہم چکر الایڈیا کو میٹ کریں اور اسے کمزور پائیں تب یہ بھی ممکن ہے کہ اس چکر کے ساتھ شلک سوشالوجیکل نظام کی کمی کمزور ہیں۔ ہم ان کو توازن سے ہٹا کر دھڑکنے اور توجہ بے فراہم کرنے کے لیے رنگ استعمال کر سکتے ہیں۔

بنوں کی ٹینٹنگ میں قلعی فیڈ بیک دیتی ہے..... یہ ہماری توانائیوں اور ان کی صحت کے بارے میں ہوتا ہے۔ اگرچہ یہ بے خطائیں ہوتا لیکن یہ ذاتی آشنائی اور فہم داری کے لیے کھٹا غائر فہم کرتا ہے۔

بنوں کی ٹینٹنگ آسان ہے۔ آپ کو اس ٹینٹنگ کے لیے اپنے جسم کے بنوں کے نظام کے وسیع تر علم کی ضرورت نہیں ہوتی۔ آپ اپنے جسم کے چکر مراکز کی لوکیشن کے بارے میں جاننے کی ضرورت ہوگی کہ وہ کہاں پر واقع ہیں۔ ذیل کی طور میں جان کیا گیا ہے کہ بنوں کا ٹینٹ کیسے انجام دینا ہے۔

(1) ٹینٹ کرنے کے لیے ایک چکر مراکز (سنٹر) کا انتخاب کریں۔ اگر آپ چاہیں تو آپ ان سب کو میٹ کر سکتے ہیں۔ لیکن ان کے لیے یہ ضروری ہے کہ آپ یہ تجربہ کریں کہ یہ پراس کیسے کام کرتا ہے۔

(2) جس فرد کو آپ نے ٹینٹ کرتا ہے اس سے کہیں کہ اپنا بازو باہر کی جانب ایک سائیڈ کی جانب پھیلائے۔ اس کا دوسرا ہاتھ اس چکر پوائنٹ پر ہونا چاہیے جسے ٹینٹ کرنا مطلوب ہے۔ (تصویر پر عنوان ”پننے کی ٹینٹنگ کے ذریعے رنگ کی تخصیص سرانجام دینا“ ملاحظہ ہو)

(3) اپنا ہاتھ دوسرے شخص کے پھیلے ہوئے بازو کی کلائی پر رکھیں۔ جب آپ اسے نیچے کی جانب دباتے ہیں اس شخص سے کہیں کہ وہ مزاحمت کرے۔ اس قدر دباؤ ڈالیں کہ اس کا بازو نیچے کی جانب جھک جائے، ہض دواچی کے برابر مقام پر دباؤ ڈالیں۔ آہستہ آہستہ دباؤ ڈالیں اور اسے آہستہ آہستہ ختم کریں۔ شق کے ساتھ آپ قوت اور مزاحمت سے ہم آہنگ ہو جائیں گے۔

(4) چکر کے موجودہ قوت کی تخصیص کے بعد اب یہ مظاہرہ کرنے کا وقت ہے کہ یہ ہماری سوچ اور جذبات کی وجہ سے کیسے شارڈ ہو رہا ہے۔

باب نمبر ۱۰ سے رہنمائی حاصل کرتے ہوئے..... اس شخص کو ایک جذباتی یا فنی رویے پر فوس کرنے کے لیے کہیں جو چکر مراکز کی کارکردگی میں نقص پیدا کر سکتا ہے۔

پٹھے کے ٹیسٹ کے ذریعے رنگ کی تشخیص کا عمل



مقطع عضل کا ایک بازو سائیز کی جانب پھیلاتے ہوئے آٹا ز کریں اور اس کا ایک ہاتھ اس پکڑا پوائنٹ پر رکھیں جسے ٹیسٹ کرنا مطلوب ہو۔ اس طرح پکڑا اور پٹھے کی قوت کے درمیان سلسلہ (ریبل) قائم ہو جائے گا۔ پٹھیلے ہوئے ہاتھ کی کٹائی پر دباؤ ڈالتے ہوئے اسے پچھلی جانب دبا لیں۔ مزاحمت قطعی فیڈ بیک مہیا کرتی ہے۔



جب چند باتنی یا ذہنی رویہ ذہن میں ہے۔ اس شخص کو دوبارہ ٹیسٹ کریں جیسا آپ نے مرحلہ نمبر 35 تا 36 میں کیا تھا۔ آپ دیکھیں گے کہ اس شخص کے پٹھے کا جواب قابل غور حد تک کمزور ہوگا۔ یہ اس امر کا مظاہرہ ہے کہ چند بات اور رویے ہماری سوشل اور جیکل سطحیات پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ یہ ایک ضروری امر ہے کہ آپ ان جذبات سے آشنا ہوں جن کا تجربہ آپ دن بھر کے دوران کرتے ہیں۔ اگر آپ ان پکڑوں کو دوبارہ توازن سے مستحضر نہ کریں گے جو جذبات سے متاثر ہوتے ہیں۔ جب آپ جسمانی بیماری کا شکار ہو سکتے ہیں۔

یہ مظاہرہ بھی ضروری ہے کہ مراقبہ۔ رنگ کی صورت میں کس طرح معاون ثابت

ہوسکتا ہے۔ کسی رنگ قرآنی کے استعمال سے قبل اس پر اس سے گزرنے کا عمل ایک بہتر عمل ہے۔ اس کے شکوک و شبہات رفع ہو جاتے ہیں اور علاج کی اثر پذیری میں اضافہ ہوتا ہے۔

اس کتاب میں بیان کردہ رنگ سے شفا یابی کا کوئی بھی طریقہ استعمال کرتے ہوئے ٹیسٹ کے لئے پیکر پر 15 تا 30 سیکنڈ رنگ کا اطلاق کریں۔ اب ایک مرتبہ پھر پٹھے کی ٹیسٹنگ کا مرحلہ انجام دیں۔ اگر آپ نے رنگ سے شفا یابی کا طریقہ درست طور پر استعمال کیا ہوگا تو اس صورت میں آپ قابل ذکر بہتری پائیں گے۔

پٹھوں کی یہ ٹیسٹنگ آپ اپنے آپ پر بھی انجام دے سکتے ہیں۔ آپ اپنے جسم کے کسی بھی پٹھے کو ٹیسٹ کر سکتے ہیں۔ الیکٹریکل سسٹم اور پکڑے جسم کے تمام تر پٹھوں کی کارگزاری کے ساتھ بندھے ہوئے ہوتے ہیں۔ ارادی طور پر یا غیر ارادی طور پر۔ ذاتی ٹیسٹنگ روزانہ انجام دینی چاہیے۔ اس عمل پر زیادہ وقت صرف کرنا نہیں ہوتا اور یہ عمل عدم توازن سے محفوظ رکھتا ہے۔

ذاتی ٹیسٹ کا آسان ترین طریقہ یہ ہے کہ آپ اپنی انگلیاں استعمال کریں۔ ذہنی طور پر اپنے ذہن کو جسم کے کسی مخصوص پکڑا پوائنٹ پر فوکس کریں، آپ کو اپنے ٹیسٹ کے لیے اپنا ہاتھ اس پر نہیں رکھنا ہوگا۔ جوں جوں آپ اس پکڑا سسٹم پر اپنی توجہ مرکوز کر دیتے ہیں۔ ایک ہاتھ کا انگوٹھا اور انکسب شہادت انگلی میں سختی کے ساتھ ملا لیں ("اپنے پٹھے کی ٹیسٹنگ" کے عنوان کے تحت تصویر ملاحظہ ہو) اپنے دوسرے ہاتھ کی انکسب شہادت کے ساتھ دائرہ بنا دے ہوئے انگوٹھے اور انگلی کو ملیدہ کرنے کی کوشش کریں۔ اگر پکڑا کمزور ہو جائے گا انگوٹھا اور انگلی بے سانی ملیدہ ہو جائیں گے اور اگر یہ مضبوط ہو جائے یہ باہم اکٹھے ہی رہیں گے۔

ذاتی ٹیسٹنگ کے لیے یہ امر سہولت ہے کہ آپ پہلے تمام تر پکڑا سسٹم کو ٹیسٹ کریں۔ توازن سے ہٹ کر پکڑیں اور اس کے بعد اپنی انگلیاں استعمال کرتے ہوئے پٹھے کی ٹیسٹنگ کریں۔ یہ جانچ کرنا سیکس کد کب توانائیاں مضبوط ہیں۔ دن بھر میں دھتے دھتے

بعد پٹھے کی ٹینٹنگ سے عہدہ برآ ہوں۔ کیا حراست اسی قدر مضبوط ہے جس قدر اس وقت مضبوط تھی جب آپ توازن کا شمار تھے؟ ہمیں کا جواب ہمیں قطعی فیڈ بیک سے نوازے گا۔ وہ ہمارے رنگ کی ضرورتوں کے لیے ہمیں کتنا آغا ز فراہم کرتے ہیں اور ان کے اطلاق کے ایریا کی نشاندہی بھی کرتے ہیں۔

اپنے پٹھے کی ٹینٹنگ کا عمل



جس پکڑے پر آپ فوکس کر رہے ہیں اگر وہ مضبوط اور حالت توازن میں ہے۔ تو اس پٹھے کا جواب جسے آپ ٹینٹ کر رہے ہیں بھی مضبوط اور متوازن ہوگا۔ انگوٹھے اور انکھیں شہادت کو طیہ کرنا مشکل ہوگا جب آپ توازن کے حامل ایک پکڑے کو ٹینٹ کر رہے ہوں گے۔



جس پکڑے پر فوکس کیا جا رہا ہے اگر وہ کمزور ہے تو انگوٹھا اور انگشت شہادت پہ آسانی طیہ ہو جائیں گے۔ اس پکڑے پر سووند رنگ کا اطلاق کرتے ہوئے اس پکڑے اور پٹھے کے ردعمل دونوں کو توجہ سے مبرا آئے گی۔

☆☆☆

ضروریات کی شناخت کے بعد رنگ کا اطلاق کرنا

کبھی کبھار رنگ کی شناخت کا عمل آسان ترین حصہ ہوتا ہے۔ اطلاق کا طریقہ۔ اطلاق کا دورانیہ اور دیگر عناصر پریشان کن ثابت ہو سکتے ہیں۔ اس کتاب میں آپ کو رنگوں کے اطلاق کی کئی ایک مہارتوں سے روشناس کروایا گیا ہے۔ باب نمبر 2 میں ہم نے ایک ایسا طریقہ بیان کیا تھا جس کے تحت آپ کے اپنے ہاتھ اور سوجھیں ٹوٹ ہوتی ہیں اور نگہدار انرجی کسی دوسرے فرد یا اپنے آپ کو روانہ (ارسال) کی جاتی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ دیگر مہارتوں کی وضاحت بھی انجام دی جائے گی۔

ایک مرتبہ جب اس رنگ / رنگوں کی تفصیل کر لیتے ہیں جن کی ضرورت درپیش ہوتی ہے۔ اب محض ان کا اطلاق کے مسئلہ باقی رہ جاتا ہے۔ کہ ان کو کس طرح لگا یا جائے۔ وہ طریقہ استعمال کریں جو آپ کے لیے انتہائی موثر اور کارگر ہو۔ درج ذیل میں سے کوئی بھی طریقہ موثر ثابت ہو سکتا ہے (یہ تمام طریقے اس کتاب میں بیان کیے گئے ہیں۔

☆ اس پکڑے پر رنگ کا اطلاق تاکہ اس کے متعلقہ سوشالو جیکل عنصر کو تھیل کیا جاسکے۔
☆ جسم کے اس حصے پر اپنے ہاتھوں کے ذریعے رنگ کو پراجیکٹ کرنے کا عمل جو عدم توازن کا شمار ہے۔

☆ رنگدار سانس لینے کا عمل تاکہ آپ کا جسم مناسب رنگدار انرجی (قوتانی) سے بھر سکے۔
☆ کلر۔ چارجڈ (Charged) پانی پینے کا عمل۔

☆ رنگدار کپڑوں کے ٹکڑے پکڑوں یا جسم کے ایریا پر رکھنے کا عمل۔
☆ رنگ قرانی کے لیے سلائیڈ پراجیکٹر استعمال کرنے کا عمل۔

☆ شٹائی پانی کے سیکن میں معاونت حاصل کرنے کے لیے رنگدار موم بتیوں کا استعمال۔

☆☆☆

ہوا اور پانی کے ساتھ رنگ تھراپی

زندگی کے دو اہم ترین عناصر ہوا اور پانی ہیں۔ ان عناصر کی عدم موجودگی میں ہم زیادہ دیر تک زندہ نہیں رہ سکتے۔ بہت سے لوگ معقول مقدار میں پانی نہیں پیتے یا معقول مقدار میں تازہ ہوا حاصل نہیں کرتے۔ ان دونوں عناصر میں اضافہ ہماری توانائی کی سطح میں اضافہ کا باعث بنتا ہے۔ ہم ہوا اور پانی دونوں کو رنگ تھراپی میں بھی استعمال کر سکتے ہیں، اس طرح ہمارے جسم کو یہ معاونت میسر آئے گی کہ وہ کئی اقسام کی بیماریوں کے خلاف بذات خود شفا حاصل کر سکے۔

صحت و تندرستی اور توانائی کے لیے تازہ ہوا اور مناسب سانس لینا بے حد ضروری ہے۔ ناک کے راستے سے سانس لینے کا مکمل اعجابی سووند ثابت ہوتا ہے۔ بہت سے لوگ اس بری عادت میں مبتلا ہوتے ہیں کہ وہ منہ کے راستے سے سانس لیتے ہیں اور وہ یہ محسوس نہیں کرتے کہ ناک کے ذریعے سانس لینے کا مکمل زیادہ فطری اور صحت مند عمل ہے۔ منہ سے سانس لینے والے افراد یاریوں کا زیادہ شکار ہوتے ہیں۔ یہ عمل توانائی میں کمزوری واقع کرتا ہے اور یہ آپ کے جسم کو بھی کمزوری سے ہلکا کر سکتا ہے۔ منہ اور میچھروں کے درمیان کوئی ایسی چیز نہیں ہے جو ہوا کو فلٹر کر سکے اور گرم کر سکے۔ لہذا اگر دو فلٹر..... منی اور دیگر پائندہ عناصر یہ ہوا صریحاً سانی میچھروں تک پہنچ سکتے ہیں۔ منہ سے سانس لینے کی وجہ سے ٹھنڈی (سرد) ہوا میچھروں میں پہنچتی ہے اور مٹے کا باعث بھی بن سکتی ہے۔

دوسری جانب ناک سے سانس لینے کا مکمل ایک صحت مندانہ عمل ہے اور یہ عمل ہماری توانائی کے تمام تر نظام کے لیے مفید ہے اور اسے تقویت فراہم کرتا ہے۔ ناک کے نھتوں

اور ناک کے راستے میں چھوٹے چھوٹے بال ہوتے ہیں جو ہوا کو فلٹر کرتے ہیں اور چھٹی کا کام انجام دیتے ہیں۔ ناک کے راستے سے ہوا گرم ہو کر میچھروں میں پہنچتی ہے اور ہوا میچھروں کے لیے مفید ثابت ہوتی ہے۔ اس طرح سانس زیادہ توانائی بہم پہنچانے کا ذریعہ بن جاتا ہے۔

گہرے سانس لینے پر فوس کرتے ہوئے ہم جو ہوا سانس کے ذریعے اندر کھینچتے ہیں اسے توانائی میں تبدیل کرنے میں معاونت میسر آتی ہے۔ مناسب فوس کی بدولت جسم کے مختلف حصوں میں سانس لینا ممکن ہو سکتا ہے اور اسے توانائی کی مختلف فریکوئنسیز میں تبدیل کرنا بھی ممکن ہو سکتا ہے۔

سانس لینے کی ایک سووند ترین مشق یہ ہے کہ صبح سویرے کی ہوا استعمال کی جائے تاکہ جسم کو توانائی کا خزانہ میسر آ سکے۔ آپ مکمل فضا میں بیٹھ جائیں۔ اپنی زبان کی نوک اپنے منہ کی چھت (تالو) کے ساتھ لٹائیں..... لالائی سامنے دانتوں کے پیچھے۔ ناک کے ذریعے آہستہ آہستہ سانس لیں اور اپنی ناک کے ساتھ پاؤں تک گئے تک یہ عمل جاری رکھیں۔ اس کے بعد پاؤں تک گئے تک سانس روکے رکھیں اور باہر پاؤں تک گئے کے دوران منہ کے راستے سانس خارج کریں۔



ناک کے نھتوں کے ذریعے مناسب سانس لینے کا عمل

ناک کے تھنوں کے ذریعے سانس اندر کھینچنے کا عمل ایک صحت مند عمل ہے۔ ناک کے تھنوں کا راست ہوا کو نہ صرف فیلٹر کرتا ہے بلکہ اس کو گرم بھی کرتا ہے۔ ایک مثالی توانائی بخش سانس ناک کے ذریعے لیا جاتا ہے اور اس دوران آپ کی زبان آپ کے منہ کی چھت (تالو) کے ساتھ لگی ہوئی چاہیے یعنی بالائی سانسوں کے پیچھے ہونی چاہیے۔ منہ کے راستے سانس خارج کریں۔ یہ عمل توانائی کے دو بڑے راستوں کو فعال بناتا ہے اور جسم کو توانائی فراہم کرتا ہے۔

☆☆☆

جوئی آپ یہ مشق انجام دیں اپنی آنکھیں نرمی کے ساتھ بند کر لیں اور یہ تصور کریں کہ ہوا تقویت پہنچانے والی توانائی کے ساتھ آپ کے تمام تر جسم میں بھر رہی ہے جو شفا عطا کرتی ہے اور قوت فراہم کرتی ہے۔ یہ بھی یاد رکھیں کہ آپ روشنی میں سانس لے رہے ہیں اور اس میں تمام رنگ شامل ہیں۔ ہر صبح 10 تا 15 منٹ تک یہ مشق انجام دیں اور آپ یہ محسوس کر کے حیران ہوں گے کہ آپ دن بھر کی قدر توانا رہتے ہیں۔ آپ کو تھکاوٹ کم محسوس ہوگی اور دن بھر میں وقفے وقفے کے بعد اس طرح سانس لینے کے عمل کی بدولت دن بھر آپ کا نظام توازن سے ہمکنار رہے گا اور آپ کا دباؤ..... کھنچاؤ..... اور تھکاؤ راکھ ہوگا اور آپ کی توانائی بحال رہے گی۔

مناسب طور پر سانس لینے کے عمل میں پردہ ظہر کی ملوث ہوتا ہے۔ اپنے ہاتھ آرام کے ساتھ اپنی ناف پر رکھیں۔ گہرا سانس لیں۔ کیا آپ کے ہاتھ باہر کی جانب حرکت کرتے ہیں؟ اگر ایسا ہے تو آپ مناسب انداز میں سانس لے رہے ہیں اور آپ پردہ ظہر سے سانس لے رہے ہیں۔ بہت سے لوگ محض سینے (چھاتی) کے بالائی حصے سے سانس لیتے ہیں۔ ایسی صورت میں ہوا جسم میں گہرائی تک نہیں پہنچتی اور سانس لینے سے کم توانائی میرا آتی ہے۔



ایک مخصوص کھینچنے کی تکنیک ناک کے راستے سانس لیں اور اس شارٹک سانس روکے رکھیں اور مابعد اس شارٹک منہ کے راستے سانس خارج کریں۔



ہر ایک سانس کے ساتھ آپ کو پردہ ظہر کو پھینکا ہو محسوس کرنا چاہیے۔

☆☆☆

سانس لینے کی ایک اور سووند مہارت توانائی کا ایک مدار (ORBIT) جسم کی پشت کے اوپر اور سامنے حصے کے نیچے تخلیق کرنا ہے۔ تازہ (TAO) کی شفا یابی کے عمل میں اسے مانجیرو کا سبک آرٹ کہا جاتا ہے۔ ہم اپنے جسم بھر میں کئی ایک اعصابی راستوں کے حامل ہیں۔ ان میں دو نارتے زیادہ اہمیت کے حامل ہیں۔ ان میں سے ایک گورننگ مریدیئن (GOVERNING MERIDIAN) کہلاتا ہے۔ یہ راستہ ریڑھ کی ہڈی سے اوپر پھیلتا ہے اور دماغ کے ذریعے دایمیں نیچے منہ کی چھت (تالو) تک آتا ہے۔ دوسرا راستہ کنسپشن مریدیئن (CONCEPTION MERIDIAN) کہلاتا ہے۔ یہ جسم

کے سامنے سے گزرتا ہوا زبان کی لوک پر جا کر ختم ہوجاتا ہے۔

زبان ٹریگر (TRIGGER) ہے۔ جب زبان کو سامنے والے دانتوں کے پیچھے منہ کی سمت (تالو) پر رکھا جاتا ہے۔ یہ انٹری (قوانائی) کے دو جینوں کو باہم منسلک کر دیتی ہے۔ جو وہ اہم سانس کے ذریعے اندر کھینچنے ہیں وہ قوانائی میں تبدیل ہوجاتی ہے جو ریزہ کی ہڈی کے اوپر اور سامنے جسم کے نیچے گردش کر سکتی ہے۔ سانس لینے کے دوران سوچ کلوکس کرتے ہوئے اور زبان کی مناسب پوزیشن کی بدولت قوانائی کی اس گردش کا بخوبی اہتمام کیا جاسکتا ہے۔

قوانائی کا مدار (ORBIT) ریزہ کی ہڈی کے اوپر اور واپس جسم کے سامنے والے حصے کے نیچے پھرنے لگتا ہے۔ یہ جسم کے بڑے اعضا کو قوانائی فراہم کرتا ہے اور تمام تر اعصابی نظام کو بھی قوانائی عطا کرتا ہے اور ان کی فعالیت یا باہمی باعث بنتا ہے، سانس کے ساتھ کام کرتے ہوئے..... اس کے علاوہ رنگ اور مائیکرو آرٹھ کے ساتھ کام کرتے ہوئے ہم جسم کے مختلف حصوں میں زیادہ آسانی کے ساتھ قوانائی پمپ کر سکتے ہیں۔ جوں ہی آپ پیٹھے گہرے سانس لے رہے ہوں گے آپ محسوس کریں گے یہ قوانائی کے لوپ (LOOP) فطری طور پر ٹھوکر پڑ رہوئے ہیں اور آپ اس سے زیادہ آسانی حاصل کریں گے۔ آپ اس لوپ میں گرہاں بھی محسوس کریں گے جوں ہی یہ جسم کے پکڑے کی کارگزاریوں کو تقویت بخیم پہنچانے گا۔

سانس لینے کا عمل اور مائیکرو کا مسک آرٹھ

قوانائی کا ہر ایک سرکل پیکرا کو تقویت فراہم کرتا ہے یہ مگزی کی سوجن کی سمت مضبوط تر تھما دے گا سب بنتا ہے اور مختلف جسمانی قوانائیں کو تقویت بخشتا ہے۔ مائیکرو کا مسک آرٹھ تخلیق کرنے کے لیے اور اپنی قوانائی میں اضافے کے لیے مناسب طور پر سانس لیں اور جو بھی آپ اس عمل میں مصروف ہوں آپ محسوس کریں کہ قوانائی ریزہ کی ہڈی سے اوپر اور جسم کے سامنے سے نیچے گردش کر رہی ہے..... اسے اپنے پیکرا مرکز کو قوانائی فراہم

کرتے محسوس کریں۔ آپ یہ دیکھنے کی خواہش بھی کر سکتے ہیں کہ ہر ایک آرٹھ ایک مختلف رنگ میں تبدیل ہوجاتا ہے..... ہر ایک پیکرا کے لیے ایک رنگ۔



- (1) مناسب طور پر سانس لینے کے عمل سے آغاز کریں۔
- (2) جوں ہی آپ سانس لیں..... یہ محسوس کرنے کا آغاز کریں کہ سانس اندر کھینچنے پر قوانائی ریزہ کی ہڈی سے اوپر اٹھ رہی ہے اور سانس خارج کرنے پر جسم کے سامنے والے حصے سے نیچے جا رہی ہے..... وہاں موجود قوانائی جس میں آپ سانس لے رہے ہیں وہ خود کاراعداد میں اسی طرح گردش کرے گی جس طرح آپ کی سوجن اسے چاہتے ہیں گی۔ آپ زبردستی ہرگز نہ کریں۔ آپ فطری طور پر اسے اس نمونے کے تحت گردش کرتے ہوئے محسوس کریں گے۔

- (3) جب اس آرٹھ میں گردش کرتی ہوئی قوانائی ٹھیلے ترین پائنت پر جا پہنچے..... قوانائی کے آرٹھ کو مڑتے اور سرخ رنگ میں جسم کے ذریعے بہتا ہوا تصور کریں۔ اس سرخ قوانائی کو کئی مرتبہ سرکل کرنے کی اجازت فراہم کریں اور مابعد اسے اجازت فراہم کریں کہ وہ ہمیں پیکرا میں جمع ہو اور اسے تقویت فراہم کرے۔ اس مرکز کو نہ قوت قوانائی کا خزانہ تصور کریں جو قوانائی کو جسم کے اندر اور باہر مگزی کی سوجن کی سمت میں تھما رہا ہے۔ اسے ایک ڈائنامو (DYNAMO) کے طور پر دیکھیں۔

- (4) دوبارہ خالص قوانائی کے سرکل پر فوکس کریں۔ اب اسے اور بھی قوانائی کے ایک سرکل کے طور پر دیکھیں جو اس آرٹھ کے راستے جسم میں گردش کر رہا ہے۔ کئی

بیدار کرتا ہے..... زندگی کی خوشی بحال کرتا ہے۔ اور نچ اور گلابی رنگ کا مجموعہ چٹوں کے لیے بہتر ہوتا ہے۔

زرد سانس

پتہ سانی بچنے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔ پڑھشی اور تھکس کا تدارک کرتا ہے۔ زرد رنگ کا سنہری شید (GOLD SHADE) تمام تر شفا یابی کی خصوصیات کا حامل رنگ ہے اور سر کی اندرونی تکالیف کے لیے سودمند ہے۔

سبز سانس

اعصاب کو سکون، ہم پہنچاتا ہے..... خوشحالی کا شعور بیدار کرتا ہے۔ زرد سبز (PALE GREEN) نظر میں بہتری لاتا ہے اور برقی عادات پر قابو پانے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔

نیلا سانس

سکون فراہم کرتا ہے..... آرائش کو بہتر بناتا ہے۔ دوران خون کے خفاص کو دور کرتا ہے۔ بچوں کے لیے شفا یابی کا موجب بنتا ہے۔

گہرا نیلا (DARK BLUE) سانس

سر جری کے بعد کی تکالیف کا ازالہ کرتا ہے۔ ہڈیوں کی شفا یابی میں معاون ثابت ہوتا ہے جب اسے ہلکے سبز رنگ (TINGLE OF GREEN) کے ساتھ ملا جاتا ہے۔ وہ جان کو کھولنے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔

فیروزہ سانس

دوران خون کے مسائل میں معاون ثابت ہوتا ہے۔ جوڑوں کے درد کے لیے مفید ہے۔ کھانے پینے کی برقی عادات پر قابو پانے کے لیے اسے گلابی رنگ کے ساتھ ملا جاسکتا ہے۔

بنفشی سانس

ہڈیوں کے اُحاطے کے مسائل کے لیے سودمند ہے۔ جسم کے ذہریلے مادے زائل کرتا ہے۔ روحانیت سے ہم آہنگ کرتا ہے۔

ارغوانی سانس

جسم کے ذہریلے مادے زائل کرتا ہے۔ خفی جذبات پر قابو پانے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔ اسے جب سفید رنگ کے ساتھ ملا جائے تب یہ انتہائی موثر ثابت ہوتا ہے۔ سانس کو کنٹرول کرنے کی مہارتیں اور رنگدار قوتانیوں کو فعال بنانے کا عمل۔ اس کو پتہ سانی شفا یابی کے ان اجلاس کے دوران اختیار کیا جاسکتا ہے جو آپ کسی دوسرے فرد کے لیے منتقل کر رہے ہوتے ہیں۔ ہم اس فرد پر سانس لینے ہوئے رنگ سے شفا یابی منتقل کر سکتے ہیں۔

صورت حال کے لیے مناسب ترین رنگ کی تشخیص کر لینے کے بعد..... مختلف فرد کو نیلے یا کسی چیز کے ہمارے بٹھا دیں۔ مسئلے کا شمار مقام تلاش کریں۔ مناسب رنگ کے کپڑے کا ایک ٹکڑا اس مقام پر رکھیں۔ جو ہی آپ اسے اس مقام پر رکھیں اپنی توانائی کے بہاؤ میں اضافے کے لیے مناسب سانس لینے کے عمل کا آغاز کریں۔ اپنے آپ کو اس مخصوص رنگ کے ارتعاش (VIBRATION) سے بھر جے ہوئے دیکھیں اور محسوس

کریں۔ آگے کی جانب جھک جائیں اور اپنا منہ کپڑے کے اس ٹکڑے کے قریب تر لے آئیں۔ جوں ہی آپ سانس خارج کریں..... سانس اس کے اوپر خارج کریں۔ اپنے رنگدار سانس کی توانائی جسم میں داخل ہوتے اور توازن بحال کرتے ہوئے دیکھیں اور محسوس کریں۔ سانس کی گراہش رنگ کے ارتعاش کو فعال بناتی ہے۔ کئی منٹوں تک سانس لینے کا یہ عمل جاری رکھیں یا اس وقت تک جاری رکھیں حتیٰ کہ آپ کا وجدان آپ کو یہ باور نہ کر دے کہ شفا یابی کے عمل کا آغاز ہو چکا ہے۔

رنگدار سانس کا شفا یابی کا عمل درودوں کو رشح کرنے میں انتہائی موثر ثابت ہوتا ہے۔ یہ درود اور اوصالی درودوں کے لیے بھی بے حد مفید ہے۔ اسی قسم کی شفا یابی پکرا کے مقام پر بھی موثر ثابت ہو سکتی ہے۔

پانی کے ساتھ رنگ تھراپی

پانی بھی ہمارے لیے انتہائی ضروری اور اہم ہے جس قدر ہوا ضروری اور اہم ہے۔ بہت سے لوگ معقول مقدار میں پانی نہیں پیتے۔ ایک بہترین عادت جس کی نشوونما آپ کو ضرور کرنی چاہیے وہ یہ ہے کہ آپ روزانہ بہت زیادہ پانی پئیں۔ صبح سویرے بیدار ہونے کے بعد اور رات کو بستر پر ڈنڈا ہونے سے قبل کئی گلاس پانی پینا ایک بہترین عادت ہے۔ یہ عمل آپ کے نظام کو صاف کرنے کے لیے انتہائی مفید ہے۔

پانی پینے کے بارے میں ایک عام شکایت ان لوگوں کی جانب سے سامنے آتی ہے جو پانی کو روکنے کے مسئلے سے دوچار ہوتے ہیں، بد قسمتی سے یہ لوگ نہیں سمجھتے کہ ان کا جسم کیا کر رہا ہے۔ جب ہمارے جسم کو کافی پانی میسر نہیں آتا، یہ اسے بڑھوتری سے روکنا شروع کر دیتا ہے..... اور قاعدگی کے ایک مڑا میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ جب ہم دن بھر کے دوران بہت زیادہ پانی پیتے ہیں..... جسم یہ محسوس نہیں کرتا کہ اسے اس کو روکنا ہے..... یہ پانی کے لیے حریف "قانون شفا" کا حکم نہیں ہوتا۔

ہم اپنے جسم کے اندر مختلف توانائیاں کی شفا یابی اور انہیں فعال بنانے کی غرض سے

اپنے پانی کو کئی ایک رنگوں کی فریکوئنسیوں کے ساتھ خارج کر سکتے ہیں۔ پانی کو خارج کرنے کے کئی طریقے موجود ہیں۔ پہلا آسان اور سادہ طریقہ یہ ہے کہ آپ ایک گلاس پانی اور اسے پانی سے بھر لیں۔ اسے ایک ہاتھ میں پکڑیں اور اپنا دوسرا ہاتھ گلاس کے اوپر تین سے پانچ کے واسطے پر رکھیں۔ مناسب سانس لینے کے عمل کا آغاز کریں اور مخصوص رنگ پر فوکس کریں۔ یہ دیکھیں اور محسوس کریں کہ اس رنگ کی شعاعیں آپ کے ہاتھ سے نکل رہی ہیں اور پانی میں داخل ہو رہی ہیں۔ اس امر پر توجہ مرکوز رکھیں کہ پانی کے گلاس میں شفا یابی کے مخصوص رنگ کا ارتعاش (VIBRATION) لگ رہا ہے۔ تین تا پانچ منٹ تک توجہ مرکوز کروانے کا عمل پانی میں حتمی خاصیت پیدا کر دے گا۔ اس کے بعد آپ اس پانی سے گھونٹ بھر سکتے ہیں یا اس کی مختلف خوراکیں (DOSES) تیار کر رشح کرنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔

پانی کو خارج کرنے کے دوسرے طریقے میں رنگدار جار (JARS)..... یعنی مرجان استعمال ہوتے ہیں۔ رنگدار جاروں کو پانی کے ساتھ بھر لیں اور اسے صبح سویرے کے سورج کے کئی شعاعیں دکھادیں۔ سورج چار کے رنگ کو فعال بنائے گا اور اس میں اس کے مخصوص ارتعاش کی آمیزش کرے گا۔ آپ اس پانی کو اپنی مخصوص تکلیف کو زائل کرنے کے لیے پیتے ہیں۔

رنگدار پانی کے ساتھ شفا یابی



ایک چار یا ہول پر رنگدار کپڑا یا کاغذ لٹائیں اور چار کو صبح سویرے کے سورج سے راکھ

ویں۔ سورج کی شعاعیں رنگ کو فعال بناتی ہیں اور اسے پانی میں منتقل کرتی ہے۔ اس قسم کا چارہ پانی پیئے گا مکمل رنگ قہرانی کی ایک قسم ہے۔



پانی کے گلاس یا چار کے اوپر رنگدار کا بورڈ رکھئے گا مکمل بالکل اسی طرح اسے مخصوص رنگ کے ارتعاش کے ساتھ چارج کرے گا۔ حتیٰ کہ رنگدار چھریا کر مثل پانی کو رنگ قہرانی کے لیے توانائی کا حامل بنانے کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔

☆☆☆

پانی میں مخصوص رنگ کے ارتعاش کی آمیزش کا ایک اور طریقہ یہ ہے کہ چار یا بوتل کو رنگدار کپڑے یا رنگدار کاغذ میں لپیٹ دیں اور چار کو صبح سویرے کے سورج تلے رکھ دیں۔ جو بھی سورج کی شعاعیں رنگدار کپڑے یا کاغذ سے ٹکرائیں گی..... رنگ کی فریکوئنسی کو فعال بنائیں گی اور پانی میں اس کی آمیزش ہوگی۔ ایک تا تین گھنٹے کا دورانیہ مناسب دورانیہ ثابت ہوگا۔ آپ ایک وقت میں پانی کے کئی ایک چار چارج کر سکتے ہیں اور انہیں ذخیرہ کر سکتے ہیں اور آپ اس پانی کو کئی دن تک پل سکتے ہیں۔

رنگ دار کارڈ بورڈ کا ٹکڑا اور اسے چار یا گلاس کے اوپر رکھئے گا مکمل بھی پانی میں رنگ فری کوئنسی کی آمیزش کرے گا۔ یا درمیان کے سورج کی روشنی فعال بنانے اور منتقلی کی قوت کا سبب بنتی ہے۔

وہ لوگ جو کر مثل اور چھروں کے استعمال سے لطف اندوز ہوتے ہیں..... مختلف رنگوں کے چھرو غیر پانی میں ڈالنے کی بدولت پانی مخصوص رنگ کی فری کوئنسی سے چارج ہوگا۔ آپ کو حفاطہ رہنا ہوگا کیونکہ کر مثل الیکٹرو میگنیٹک فری کوئنسی کے حامل ہوتے ہیں۔ پانی

آپ پر کیے اثر انداز ہوتا ہے یہ اس کو تبدیل کر سکتے ہیں..... چارج میں اضافہ کرتے ہوئے مختلف کر مثلوں اور چھروں کا مطالعہ آپ کو اس امر سے روشناس کروائے گا کہ چھرو دوسری اقسام کے اثرات کیسے پانی پر مرتب کر سکتے ہیں جو اس کی رنگ فری کوئنسی سے مختلف ہو سکتے ہیں۔

☆☆☆

رنگوں کی پراجیکٹنگ

(PROJECTING COLORS)

قمرانی کے مقاصد کے لیے رنگوں کو پراجیکٹ کرنے کے کئی ایک طریقے ہیں۔ ان میں سے بہت سے طریقوں کو آپ آسانی سے سیکھا جاسکتا ہے اور ان کی مہارت حاصل کی جاسکتی ہے اور ایک عام آدمی بھی ان طریقوں کو سیکھ سکتا ہے اور ان میں مہارت حاصل کر سکتا ہے۔ ہم سب رنگ قمرانی کے اطلاق کا مکمل کیکہ سکتے ہیں اور اپنی صحت بحال کر سکتے ہیں۔ رنگ قمرانی ادویات کی قمرانی کا خم البدل ہرگز نہیں ہے۔ لیکن یہ ایک ایسی چیز ہے جو آپ کو اس قابل بنائے گی کہ آپ اپنے شفا یابی کے عمل میں زیادہ فعال اور ذمہ دار بنیں۔ ہم پہلے ہی یہ کیکہ بچے ہیں کہ ہم جسمانی مضر سے بڑھ کر ہیں۔ ہم دیگر زیادہ لطیف توانائی کے میدانوں پر مشتمل ہیں اور ہم یہ بھی جان چکے ہیں کہ ان توانائیوں کے ساتھ باہمی تعامل کے طریقے موجود ہیں تاکہ جسمانی صورت حال میں تبدیلیاں تخلیق کی جاسکیں۔ وہ لوگ جراحی مشقوں میں رنگ قمرانی شامل کرنا چاہتے ہیں یا وہ لوگ جو اس عمل کو جسمانی اور لطیف سطح پر اپنا معاون تصور کرتے ہیں۔ اس باب میں بیان کر دوہ طریقے ان کے لیے انتہائی سودمند ثابت ہوں گے۔

رنگ کالس

اس سے قبل ہم یہ مظاہرہ کر چکے ہیں کہ ہم کیسے اپنے ہاتھوں سے توانائی کی شعاعیں سانس لینے کے عمل اور سوچ پر قیصر کمزور کرتے ہوئے کیسے باہر نکال سکتے ہیں۔ رنگ کے

ساتھ شفا یابی کا یہ پہلا طریقہ ہمیشہ ایک روحانی طریقہ تصور کیا جاتا رہا ہے۔ بد قسمتی سے جب آپ یہ تذکرہ کرتے ہیں کہ آپ روحانی شفا یابی کا مکمل سرانجام دے رہے ہیں۔ بہت سے افراد یہ تصور کرتے ہیں کہ یہ شفا یابی کا ایک ایسا عمل ہے جو خالصتاً روحانیت پر مبنی ہے اور اس عمل کے انجام دینے والے کا تعلق کسی روحانی قوت سے ہے۔

اگرچہ اس سے شفا یابی کے عمل کی طاقت اعتدالی بدلت و چند ہو سکتی ہے لیکن اس کا موثر پن یا اثر نہ بری کسی اعتدالی بدلت و روحانی قوت پر بنیاد نہیں کرتی۔ شفا یابی کا یہ عمل کس طرح کام کرتا ہے۔ اسے ابھی تک مکمل طور پر نہیں سمجھا جاسکا۔ یہ چنانچہ ضروری ہے کہ جب ہم کچھ افعال انجام دیتے ہیں ان کے کچھ اثرات بھی مرتب ہوتے ہیں۔ ہم سب اپنا جسمانی اور لطیف توانائیوں میں تبدیلیاں تخلیق کرنے کی اہلیت کے حامل ہوتے ہیں۔ اگرچہ ہم اسے قطعاً نہ سمجھتے ہوں۔ یہ پیدا کنی اہلیت ہے۔ ہم نے جو کچھ کرتا ہے وہ یہ ہے کہ ہمیں ان مہارتوں کو سیکھنا ہے جو اس اہلیت کو بیدار کریں اور اسے اپنے مقاصد کے حصول کے لیے استعمال کریں۔

یہ بات ذہن میں رکھیں کہ شفا کے ختمے ہمیشہ آپ کے اندر سے پھوٹتے ہیں، یہ مریض ہی ہے جو آپ کو شفا سے ہلکا کر رہا ہے۔

قبل اس کے کہ آپ کسی اور فرد کے علاج کا آغاز کریں۔ یہ جاننے کی کوشش کریں کہ آپ کیا کرنے جا رہے ہیں۔ اس پر اس کو سمجھیں۔ یہ بھی سمجھیں کہ کسی مخصوص بیماری کے تذکرہ کے لیے آپ کو کون کون سے ضرورت ہے۔ جسمانی بیماری کی مابعد طبیعتی وجوہات سمجھنے کی کوشش کریں۔ کوئی دوائی نہ کریں۔ یہ وضاحت کریں کہ ہماری توانائی کا نظام کیسے کام کرتا ہے۔ اسے ثابت کرنے کے لیے ہاتھوں کے کیموٹیت بروئے کار لائیں۔ بشرطیکہ آپ اسے ضروری سمجھیں اور اپنے آپ کو مریض کی معاونت کے لیے جتیں کریں۔

اگر آپ سمجھتے ہوئے بیمار ہیں جب آپ کبھی کسی دوسرے شخص پر کام نہ کریں۔ اگرچہ یہ حقیقت ہے کہ ہم کسی دوسرے کو شفا سے ہلکا کرنے کے لیے کام کرتے ہیں تو اس کے جواب میں ہم بھی شفا کے حصول میں کامیاب ہوتے ہیں۔ بلکہ ہم خود بخود ہوں گے

اس وقت کسی دوسرے پر کام کرنے کی بدولت ذہنی رکاوٹیں کھڑی ہو سکتی ہیں اور شفا یابی کے رنگوں اور توانائی کی اثر پذیری میں رکاوٹ پیدا ہو سکتی ہے۔

مُس کے ذریعے شفا یابی

آپ رنگ کی توانائی کا ایک جھیل بن رہے ہیں۔ جوں ہی آپ سانس لیتے ہیں..... آپ اپنے ذریعے توانائی جیچے کھینچتے ہیں اور اس کی شفا میں آپ کے ہاتھوں سے نکلتی ہیں اور حلقہ فرد کو شفا یاب کرتی ہیں اور توازن سے ہمسکارت کرتی ہیں۔ توانائی آپ کی سوجن اور فوس کی فری کلکسی حاصل کرتی ہے۔ جنہی آپ کسی مخصوص رنگ پر اپنی توجہ مرکوز کرتے ہیں..... ریڈی ایشن وہ فری کلکسی حاصل کرتی ہے..... اور جس شخص کا علاج کیا جا رہا ہو وہ رنگ کو جذب کرتا ہے۔ ہر اس شفا یابی اور توازن عطا کرتا ہے اور یہ آپ کے وجدان کو بیدار کرتا ہے۔ اس مہارت کے مراحل درج ذیل ہیں۔

(1) آغاز سے قبل اپنے آپ کو مرکز (CENTER) کریں۔ پرسکون ہو جائیں اور کچھ دیر تک مناسب انداز سے سانس لیں۔

(2) مختلف فرد کو کسی چیز کے سہارے اپنے سامنے بنالیں۔ اپنے ہاتھوں کو اس فرد کے اوپر پھیلائیں اور تین تا چھانچا قائل ہونا چاہیے۔

(3) تصور کریں کہ صاف بلوری توانائی آپ کے سر کی چوٹی سے نیچے کی جانب اڑتی چلی جا رہی ہے اور آپ کے جسم کو بھر رہی ہے۔ اسے اپنے بازوؤں سے نیچے اور اپنے ہاتھوں سے بازوؤں سے باہر اڑھٹا ہوا دیکھیں اور محسوس کریں۔

(4) بلوری سفید توانائی سے آغاز کریں۔ اپنے ہاتھ مختلف فرد کے سر کے کراؤں کے اوپر رکھیں۔ یہ دیکھیں اور محسوس کریں کہ یہ سفید روشنی آپ سے دوسرے فرد کے اندر اڑتی جا رہی ہے۔ یہ بھی دیکھیں کہ اس کا تمام ترجمہ اور توانائی کا فیڈ (میدان) چارج ہو رہا ہے..... تقویت پڑ رہا ہے..... اور توازن سے ہمسکارت ہو رہا ہے۔ اس عمل کو کئی منٹوں تک جاری رکھیں اور جب آپ مطمئن ہو جائیں اس وقت اس عمل کو

موقوف کر دیں۔ شفا یابی کے عمل کے ساتھ کام کرنا آپ کا اپنی بلند تر ذات کے ساتھ ہم آہنگ کرنے میں معاون ثابت ہوتا ہے، اسے سنیں۔

(5) ایک اس مقام کی جانب حرکت کریں جو سستا/تکلیف کا شکار ہے۔ مناسب انداز میں سانس لینے کا پائپل جاری رکھیں۔ اس سستے/تکلیف کے لیے جس رنگ کی ضرورت ہے اس پر اپنا ذہن فوس رکھیں۔ یہ دیکھیں کہ آپ میں سے انرجی (توانائی) اس مخصوص مقام پر اڑتی چلی جا رہی ہے اور اسے توازن اور شفا عطا کر رہی ہے۔ اسے مضبوط تر ہوتا ہوا دیکھیں جوں ہی رنگ کی شفا میں جذب ہوتی ہیں۔ یہ تصور کریں کہ توانائی عدم توازن کے شکار مقام کو صاف کر رہی ہے..... توازن عطا کر رہی ہے..... اور شفا عطا کر رہی ہے..... اور اس کے ساتھ ساتھ اس تمام تر نظام کو بھی مستحضر کر رہی ہے جس نے ساتھ یہ مقام منسلک ہے۔

(6) اس نے بعد سستے کے حال مقام کے قریب ترین پیکرا/پیکروں کی جانب حرکت کریں۔ مثال کے طور پر اگر معدے کی خرابی ہے جب معدے کے اس مقام پر کام کرتے ہوئے آغاز کریں۔ اور اس کے بعد تمام تر نظام ہضم کو توازن سے ہمسکارت ہوتے ہوئے اور شفا سے ہمسکارت ہوتے ہوئے دیکھیں، اس کے بعد اپنے ہاتھ اور توجہ کو سولر پلکس (SOLAR PLEXUS) کے مقام کی جانب لے جائیں۔ توازن سے ہمسکارت کرنے والی انرجی اس کے مناسب رنگ میں اس پیکرا پر اچیکٹ کریں۔

(7) اب میں پیکرا کے مقام کی جانب حرکت کریں۔ اسے توانائی اور تقویت فراہم کرنے کے لیے سرخ توانائی کو ریڈی ایت (RADIATE) کرنے پر اپنی توجہ مرکوز کریں اور کئی منٹ تک یہ عمل انجام دیں۔ اب سات پیکروں میں سے ہر ایک پیکرے کی جانب حرکت کریں اور مناسب رنگ ہر اچیکٹ کریں۔ اس طرح تمام تر پیکروں کا نظام توازن سے ہمسکارت ہوگا اور شفا یابی کے عمل کو تقویت میسر آئے گی۔

شفایابی میں روشنی کی پروجیکشن

(LIGHT PROJECTIONS IN HEALING)

کئی ایک طریقوں کے تحت ہم قرآنی کے مقصد کے لیے رنگ دار روشنیاں استعمال کر سکتے ہیں۔ آسان طریقہ رنگ دار لہجوں کا استعمال ہے اور ان کے نیچے جیسے کا عمل ہے۔ جو عنی آپ روشنیوں کے نیچے نہیں مگرے اور باقاعدگی کے ساتھ سانس لیں یہ جانتے ہوئے کہ آپ کا جسم توانائی جذب کرے گا۔ لہجوں میں دستیاب رنگوں کی دریا کی تھوڑی سی لیکن رنگدار روشنی پراجیکٹ کرنے کا ایک اور طریقہ بھی موجود ہے ہم اپنی سلائڈز (SLIDES) بنا سکتے ہیں اور ایک ناول سلائڈ پراجیکٹر استعمال کرتے ہوئے روشنیوں کو کئی ایک مجموعوں کے تحت پراسانی اور جلد پراجیکٹ کر سکتے ہیں۔ سلائڈ پراجیکٹر زیادہ چمکتے نہیں ہوتے اور سلاؤٹ اسٹوروں پر دستیاب ہوتے ہیں۔ اگلا مرحلہ اپنی سلائڈ تیار کرنے کا مرحلہ ہے۔ بہت سے کمرہ اسٹوروں میں سستے خالی سلائڈ فریم برائے فروخت موجود ہوتے ہیں۔ کئی ایک رنگوں کے رنگدار قطرہ بھی (کافد) فریم کے اندر فٹ کرنے کے لیے کاٹے جاسکتے ہیں۔ رنگدار قطرہ بھی تھوڑی سی سلائی اسٹور سے خریدے جاسکتے ہیں۔ یہ انتہائی موثر ہوتے ہیں۔ اگر آپ تھوڑی سی اسٹورنگ رسائی حاصل نہیں کر سکتے تو بہت سے اسکول اور آفس پلائی اسٹوروں میں اور ہیڈ پراجیکٹروں کے لیے پلاسٹک کی ٹھیس موجود ہوتی ہیں۔ یہ بھی مختلف رنگوں میں دستیاب ہوتی ہیں۔ اگر کچھ بھی دستیاب نہ ہو سکتے صاف پلاسٹک ٹھیس اور ہیڈ پراجیکٹ ہن کے ساتھ رنگین کی جاسکتی ہیں۔

سلائڈ بنانا ایک آسان کام ہے۔ اپنا خالی سلائڈ فریم لیں اور اسے کھولیں۔ اب اپنا قطرہ بھی لیں۔ اور اسے مرلے شکل میں کاٹیں تاکہ وہ سلائڈ کی اوپننگ کو ڈھانپ سکے جبکہ سلائڈ فریم بند ہو۔ رنگ دار قطرہ کے ارد گرد کافی جگہ چھوڑنی چاہیے تاکہ فریم کی دونوں سائیدز کو آپس میں لگیے (GLUE) کے ساتھ جوڑا جاسکے۔ کٹے فریم کی ایک سائیدز کے

کناروں پر لگیے کے کچھ قطرے لگائیں۔ قطرہ درست مقام پر رکھیں اور اس کے اوپر سلائڈ فریم کو بند کر دیں۔ دونوں سائیدز کو بخوبی دبائیں حتیٰ کہ لگیے چٹ جائے۔

اگر آپ چاہیں تو آپ رنگ دار سلائڈز کے کئی سیٹ بنا سکتے ہیں۔ بنیادی سیٹ پیکروں کو توانائی اور تقویت فراہم کرنے کے لیے ہونا چاہیے۔ اس پر قوس قزح کے سات رنگ ہونے چاہئیں۔ سرخ۔ اورنج۔ زرد۔ نیلا۔ INDIGO۔ بنفشی۔

آپ شفایابی کے عام پراسس کے مقاصد کے لیے بھی سلائڈز کا ایک سیٹ بنا سکتے ہیں۔ اس سیٹ میں سات بنیادی رنگ شامل ہوتے ہیں۔ لیکن ان کے درمیان شہد اور دوسرے رنگ بھی شامل کریں جن کی ضرورت درپیش ہو سکتی ہے۔ یہ سیٹ زیادہ مخصوص نوعیت کی حامل شفایابی کے لیے معاون ثابت ہو سکتا ہے۔ درج ذیل میں کچھ رنگ بتائے گئے ہیں جو اس سیٹ میں شامل کیے جاسکتے ہیں:

سرخ

زرد۔ اورنج

سبز

INDIGO

سرخ۔ بنفشی

ارغوانی

سرخ۔ اورنج

زرد

نیلا۔ سبز

نیلا۔ بنفشی

لیس

مکھنچا (MAGENTA)

اورنج

زرد۔ ہبز

بنڈا
بنفشی

فیروزہ

اسکارلٹ (SCARLET)

علاج فلٹر بھیجے میں آپ کو یہ تمام رنگ دستیاب نہ ہوں گے۔ آپ مختلف فلٹر بھیجوں کو ملائے ہوئے اور ان کو اسی سلائیڈ میں شامل کرتے ہوئے ان رنگوں کو تحقیق کر سکتے ہیں۔ پراجیکٹر کی روشنی رنگوں کو بلیٹ (BLEND) اور فعال کرے گی۔ فلٹر بھیجے پتلا ہوتا ہے اس لیے کئی ایک رنگ سلائیڈ فریم کے اندر موثر انداز میں ملائے جاسکتے ہیں۔ یہ فارمولے آپ کے معاون ثابت ہوں گے۔

سرخ..... زرد اور نیلا یہ بنیادی رنگ ہوتے ہیں (یہ رنگ آپ کو فلٹر بھیجوں میں دستیاب ہوں گے۔ آپ دیگر رنگ تخلیق کرنے کے لیے بنیادی رنگوں کو ملا سکتے ہیں۔

اپنی رنگدار سلائیڈ میں تیار کرنا



سلائیڈ فریم کو کھولیں اور فلٹر بھیجے کو کاٹیں تاکہ وہ فریم میں ادا چنگ کوڑھانپ سکے۔ فلٹر کے ارد گرد فریم کی کافی جگہ چھوڑیں تاکہ فریم کی دونوں سائیڈوں کو گلیہ (GLUE) کے ساتھ جوڑا جاسکے۔



اد چنگ پر فلٹر سیٹ کریں۔ فریم کے بیرونی کناروں کے گرد گلیہ لگائیں اور مابعد ان کو

آپس میں دبائیں۔

مجموعوں کے ذریعے رنگ تخلیق کرنا

اسکارلٹ (SCARLET)	دوسرے فلٹر
سرخ۔ اورنج	2 سرخ فلٹر ایک زرد فلٹر
اورنج	ایک سرخ فلٹر اور ایک زرد فلٹر
زرد۔ اورنج	2 زرد فلٹر اور ایک سرخ فلٹر
زرد۔ ہبز	2 زرد فلٹر اور ایک نیلا فلٹر
ہبز	ایک زرد فلٹر اور ایک نیلا فلٹر
نیلا۔ ہبز	3 نیلے فلٹر اور ایک زرد فلٹر
فیروزہ	2 نیلے فلٹر اور ایک زرد فلٹر
INDIGO	2 نیلے فلٹر اور ایک سرخ فلٹر
بنفشی	ایک سرخ فلٹر اور ایک نیلا فلٹر
نیلا۔ بنفشی	2 نیلے فلٹر اور ایک سرخ فلٹر
سرخ۔ بنفشی	2 سرخ فلٹر اور ایک نیلا فلٹر
نیکلا (MAGENTA)	3 سرخ فلٹر اور ایک نیلا فلٹر
ادروانی	ایک زرد فلٹر..... ایک سرخ فلٹر اور ایک نیلا فلٹر

رنگ دار سلائیڈ سے علاج کے اجلاس کا انعقاد

رنگ دار سلائیڈ علاج کے اجلاس کا انعقاد کرنے کے لیے..... سلائیڈوں کو اس طور پراجیکٹر میں رکھیں تاکہ وہ رنگ تخلیق ہو سکیں جن کو آپ علاج کے لیے استعمال کرنا چاہتے

ہیں۔ متعلقہ فرد کے بالمقابل پراجیکٹو سیٹ کریں۔ اس فرد کو آرام اور سکون کے ساتھ بنھائیں جس کا علاج کرنا درکار ہو۔ اس کو رنگ وادرسائس کے بارے میں بتائیں اور اس سے کہیں کہ وہ رنگ وادرسائس کا قائل ہونے کا لاتے اور اس طرح کہ وہ رنگ وادرسائس اس کے اوپر پراجیکٹ ہو۔ اس کو کہیں کہ وہ تصور کرے کہ پروجیکٹڈ لائٹ مخصوص صورت حال کو بھر رہی ہے۔ توانائی فراہم کر رہی ہے۔ اور اس کو کھٹائی سے ہٹا کر رہی ہے۔ قوس قزح کے اثر کے لیے۔ اس فرد سے کہیں کہ وہ کراؤن چکرا کے ذریعے رنگوں کو داخل ہونا اور تمام جسم کو ان سے بھرنا ہوا تصور کرے۔

ضروری رنگوں کا استعمال کریں۔ اور ہر رنگ اس فرد پر دو تا تین منٹ تک پڑنے دیں۔ پرائی بناریوں کے لیے آپ کو طویل عرصے تک علاج معالجہ کرنا ہوگا۔ خائف مت ہوں۔ اس پر اس میں اپنے وجدان پر اعتماد کرنے کے سلسلے میں ہرگز خائف نہ ہوں۔

اس اجلاس کو کئی طریقوں سے سوجھ بوجھ پر اختتام تک پہنچایا جاسکتا ہے۔ آخر میں سبز روشنی کا استعمال موثر ثابت ہوتا ہے۔ یہ متعلقہ فرد کے توانائی کے نظام کو توازن سے نوازتا ہے۔ لیکن آپ سرطانی کی بیماری میں اس رنگ کا استعمال نہیں کریں گے کیونکہ سبز رنگ اس بیماری میں اضافے کا باعث بنے گا۔ آپ ہر ایک چکرا کے لیے رنگ استعمال کریں گے۔ میں چکرا سے آغاز کرتے ہوئے اور کراؤن چکرا کی جانب حرکت کرتے ہوئے۔ اگر آپ سبز رنگ کے بارے میں تشویش کا شکار ہوں تو اس کے ضم البدل کے طور پر گلابی یا سفید رنگ دل کے مرکز کے لیے استعمال کریں۔

آپ بذات خود بھی روشنیوں کے نیچے بیٹھ سکتے ہیں، اگر آپ سلائیڈوں کو کنٹرول کرنے کے لیے پراجیکٹ کے لیے کنٹرول استعمال کریں۔ اس طرح آپ پراجیکٹو اپنے آپ کو کھٹائی اور توازن سے ہٹا کر دیکھ سکتے ہیں۔ یاد رکھیں کہ رنگ جسم کے سوشلولوجیکل نظاموں سے بڑھ کر اثر انداز ہوتے ہیں۔ وہ ہماری لطیف توانائیاں اور حقت اشعوری کی سطح کو بھی فعال کرتے ہیں۔

مثال کے طور پر اگر آپ مراعات کے دوران پرسکون ہونے میں دقت محسوس کرتے

ہیں۔ مراعات کے دوران نیلی روشنی کے نیچے بیٹھیں۔ آپ تجربہ کر کے دیکھیں اور تلف اندوز ہوں۔ رنگ پراجیکشن پر قوت اور موثر ہیں۔

☆☆☆



علاج کے لیے رنگدار سلائیڈوں کا استعمال

☆☆☆

طویل فاصلے پر رنگ سے علاج

غیر حاضر مریض یا طویل فاصلے پر رنگ سے علاج بھی مریض کی معاونت کے لیے موثر تدبیر ثابت ہو سکتی ہے۔ لوگوں سے اکثر کہا جاتا ہے کہ وہ دعا میں روانہ کریں اور ان مریضوں کا علاج کریں جو حاضر نہیں ہیں یا ایک ایسا امر ہے جس میں ہم ان کتاب میں بیان کردہ رنگوں کی کئی ایک مہارتوں سے ذریعے اضافہ کر سکتے ہیں۔

طویل فاصلے پر علاج کرنے کا نظریہ ایک بنیادی نظریہ ہے۔ توانائی تمام تر سطح پر آہستہ کرتی ہے اور کئی ایک طریقے ایسے بھی ہیں جو باہر ہیں جو روحانی / دماغی توانائی کہا جاتا ہے وہ تمام تر عنصری چھتائی زندگی کی قوت ہے۔ یہ ہمیں گھیرے ہوئے ہے۔ ہم میں سربست کرتی ہے۔ اور ہمارا حصہ ہے۔ اس کو کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔ ڈائریکٹ کیا جاسکتا ہے۔ اس کو سلائیڈ کیا جاسکتا ہے۔ اور اصل حلا کی جاسکتی ہے۔ ذخیرہ کیا جاسکتا ہے اور استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اسے دماغ کے ذریعے کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔

ہم جانتے ہیں کہ انسانی جسم یا نیوٹریکس۔ ایڈیٹر ویکلیک توانائی نظام ہے۔ لیکن ہماری روحانی / دماغی توانائی ان کی تعمیر کا بنیادی باک ہے۔ ہائیو نیوٹریکس اور ایڈیٹر ویکلیک پہلو ہماری دماغی زندگی کی قوت کے جسمانی اظہار ہیں۔ یہ دماغی زندگی کی قوت ایک ایسے

لیول (سٹ) پر آہٹ کرتی ہے جو ہمیں ناظم اور جگہ سے دوا رہے۔

کواٹم فوکس نے دماغی توانائی کے مظہر کو بیان کرنے کے لیے بہت کچھ کیا ہے۔ یہ ہمیں یہ درس دیتی ہے کہ تمام تر زندگی اور توانائی کے اظہار ہاٹم شلک ہیں۔ کیونکہ ہم توانائی ہیں۔ ہم بہت سی سلطنت پر اور بہت سی صورتوں میں آہٹ کر رہے ہیں۔ ہم اپنی کائنات میں ہر ایک چیز پر اثر انداز ہوئے بغیر حرکت نہیں کر سکتے۔ جب کبھی بھی ہم کوئی چیز دیکھتے ہیں..... ہم تبدیل ہوتے ہیں۔ بلند تر اظہار اور توانائی کو فوکس کرنا..... وقت اور مقام / جگہ دہرا ہیں۔ لہذا طویل فاصلے کے علاج میں ہم مریض کو کراہت میں تصور کرتے ہیں قطع نظر حقیقی وقت اور مقام کے۔

رنگوں کو ارتکاز اور شفا یابی کی توانائیوں کو منتقل کرنے کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ وہ ہمیں تحت اشعوری اورانی سطح حاصل کرنے میں بھی معاون ثابت ہوتے ہیں تاکہ ہم اپنی دماغی توانائی پر زیادہ توجہ کے ساتھ فوکس کر سکیں۔ ہم رنگوں کی قوت کے ذریعے دماغ کے کنٹرولڈ استعمال کی نشو و نما سرانجام دے رہے ہیں۔

طویل فاصلے کے علاج کے لیے یہ سو مدنہ ثابت ہوگا کہ آپ ایک "شہادت" کے حامل ہوں۔ ایک "شہادت" (WITNESS) ایک اصطلاح ہے جو ریڈی وٹکس (RADIONICS) کے میدان میں استعمال ہوتی ہے:

"کوئی چیز جو جسمانی اطمینان طور پر موضوع کی فراہم کی کرتی ہے۔"

ایک شہادت ایک فوٹو بھی ہو سکتی ہے۔

دندان بھی ہو سکتے ہیں۔

خون کا ایک نمونہ بھی ہو سکتا ہے۔

ہیر کلپ (Hair Clip) بھی ہو سکتا ہے۔

خانک کلب بھی ہو سکتا ہے۔

یا کوئی بھی ایسی چیز ہو سکتی ہے جو آپ کے اور اس شخص کے درمیان رابطہ قائم کر سکے جس کو آپ رنگ ڈائریکٹ کرنے کی خواہش رکھتے ہیں۔ شہادت ہمیں دماغ کی استدلالی

اور وجدانی سلطنت کو شک (جوڑنے) کرنے میں معاون ثابت ہوتی ہے لہذا ایک اور فاصلے پر توانائی روانہ کرنے کے پراس کو بیدار کرتی ہے۔

شہادت ہمیں سوچ کی طرز تحقیق کرنے اور اسے مریض کی جانب ڈائریکٹ کرنے میں معاون انجام دیتی ہے۔ شہادت کے ذریعے..... آپ بے ساری صدائے بازگشت قائم کرنے میں کامیاب ہوتے ہیں۔ یہ جسمانی سلطنت سے بڑھ کر روابط بیدار کرنے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ یہ مریض کو ذہن میں تازہ کرتی ہے۔ شفا یابی کی توانائی وقت اور مقام / جگہ سے قطع نظر روانہ کی جاسکتی ہے۔

شفا یابی کی توانائی روانہ کرنے سے قبل یہ سوچنے پر کچھ وقت صرف کریں کہ کون سا ملک یا کون سے رنگ زیادہ سو مدنہ ثابت ہوں گے۔ اگر غیر قطبی کا شکار ہوں جب شفاف / بلورین سفید روشنی روانہ کریں۔ آپ درکار رنگوں کی تشخیص کے عمل کے لیے اپنا پیژنڈم استعمال کر سکتے ہیں۔ پایاں ہاتھ تصویر (یا شہادت) پر رکھیں اور دیکھیں ہاتھ کے ساتھ پیژنڈم کا استعمال کرتے ہوئے درکار رنگوں کے بارے میں سوالات پوچھیں۔

متعلقہ فرد سے ایک مرتبہ جب شفا یابی کے رنگوں کی شناخت کر لی جاتی ہے..... اس کے بعد ہمیں شفا یابی کی توانائیاں پر ایکٹ کرنے کا آغاز کر دینا چاہیے اور اس عمل کو سرانجام دینے کے لیے ایک موثر طریقے موجود ہیں۔

(1) آپ یہ عمل اپنے تصور کی اہلیت کے تحت بھی انجام دے سکتے ہیں۔ شہادت کو اپنے دونوں ہاتھوں کے درمیان قاسم، اگر آپ کے پاس شہادت موجود نہیں ہے تب اپنے ذہن میں مریض کا تصور قائم کریں۔ مناسب انداز سے سانس لینے سے آغاز کریں۔ جون ہی آپ مریض پر فوکس کریں..... اپنے آپ سے توانائی کی شعاعیں تقبی دیکھیں اور محسوس کریں اور مریض کی جانب بلا متی دیکھیں اور محسوس کریں۔ اس رنگ کو اسے گھیرے میں لیتے ہوئے دیکھیں اور اس کے نظام میں سرایت کرتا دیکھیں۔ یہ تصور کریں کہ صورت حال توازن اور شفا سے ہٹنا رہی ہے۔ یہ عمل تقریباً دس منٹ تک جاری رکھیں۔

نظر بے حق سے سر انجام دینے چاہئیں کہ آپ اپنے افعال کے نتائج کی مکمل ذمہ داری قبول کرتے ہیں۔..... مثبت یا منفی۔ اگر آپ یہ نہیں کر سکتے تب آپ کو شفا یابی کی توانائیاں میں ہاتھ پاؤں نہیں مارنے چاہئیں۔

یہ بات ذہن میں رکھیں کہ آپ ادویات کی پریکٹس انجام نہیں دے رہے۔ اس سلسلے میں بہت سے قوانین موجود ہیں۔ ہم ادویات کے نسخے کی مانند رنگوں کا نسخہ جوڑ نہیں کر سکتے۔ جب ہم ارتعاشی شفا یابی کے تجزیہ استعمال کر رہے ہوتے ہیں ہم احتیاطی تدابیر اختیار کر رہے ہوتے ہیں۔ کسی مریض پر رنگ استعمال کرتے ہوئے رقم وصول کرنے میں محتاط رہنا چاہیے کیونکہ میڈیکل لائسنس کے بغیر پریکٹس کرنے کے قوانین بہت سخت ہیں۔ میں ذاتی طور پر بھی اپنے شفا یابی کے اجلاس کے لیے کوئی رقم وصول نہیں کرتا اور نہ ہی میں عملیات وصول کرتا ہوں۔ میں اکثر یہ تجویز پیش کرتا ہوں کہ مریض اپنے ہاتھ سے خیرات کرے اور خیرات کی رقم کسی بھی ہتھار کو دے دے۔ میں لائسنس یافتہ مساجق قہر لیسٹوں کی تعداد سے واقف نہیں ہوں جو اپنے کام میں رنگ استعمال کرتے ہیں لیکن مساجق ہر اس کے دوران اسے بطور ایک ہتھیار رائڈ پر استعمال کیا جاتا ہے اور وہ لائسنس یافتہ ہیں۔ اس لیے ان کے لیے کوئی مسئلہ نہیں ہے۔

تجربے سے بزرگ خائف نہ ہوں۔ ابھی تک رنگ کی شفا یابی کے اثرات کی مکمل تفصیل انجام نہیں دی جا سکی۔ درحقیقت اسے بیان ہی نہیں کیا جا سکتا۔..... رنگ کو شفا یابی کے کسی بھی طریقے کو آگے بڑھانے کے لیے استعمال کیا جا سکتا ہے۔ درج ذیل یا غیر درج ذیل۔

☆☆☆

(2) آپ سلائڈ پراجیکٹر بھی استعمال کرنا چاہیں گے۔ تصویر (یا شہادت) کو پتھر بورڈ کے سفید کلوے پر شپ کی مدد سے چسپاں کریں۔ سات پتھروں کے رنگ اس پر روشن کریں۔ ہر ایک رنگ تقریباً نصف منٹ تک روشن کریں۔ اس کے بعد تصویر پر شفا یابی کا بنیادی رنگ فوکس کریں اور اسے 15 تا 10 منٹ تک فوکس کرتے رہیں۔

آپ بڑے احتیاطی انداز سے اپنا کام انجام دے سکتے ہیں، یہ جاننے ہوئے کہ رنگ کی شعاع افشانی مریض کو کھلاش کرے گی۔ سات کے وقت یہ عمل انجام دینا موثر ثابت ہوتا ہے جب آپ یہ جانتے ہوں کہ مریض کو خواب ہو چکا ہو گیا۔ اس وقت رنگوں کے اثرات بہ آسانی جذب ہوتے ہیں۔

(3) آپ سوم تیس سے رنگ کی شعاع افشانی (RADIATIONS) استعمال کرنا پسند کریں گے تاکہ آپ طویل فاصلے پر شفا یابی کی توانائیاں پراجیکٹ کر سکیں (اگلا باب بطور رہنمائی استعمال کریں) مخصوص موسم کے سامنے شہادت کو رکھیں یا موسم جی کے ساتھ شفا یابی کے کسی ایک نمونے کے تحت رکھیں جو اگلے باب میں بیان کیا گیا ہے۔ یہ عمل روزانہ 15 تا 30 منٹ تک دہرائیں۔ جب شفا یابی کا مکمل انجام دے رہے ہوں۔ تو بہتر ہے کہ آپ باضابطہ یہ اعلان کریں کہ شفا یابی کا ٹیڈر "سب کی بہتری کے لیے اور سب کی آزاد خواہش کے تحت ہے۔" اس طرح علاج انتہائی سودمند طریقے سے سر انجام پاتا ہے۔ ہم کسی کی آزاد خواہش میں مداخلت ہے یا کے ہتھار نہیں ہیں۔ چونکہ یہ مہارت نہ تو اعتدال میں لوگوں پر لطف..... اکثر ان کے نظم میں آنے بغیر اثر انداز ہوتی ہے لہذا ہمیں محتاط رہنا چاہیے۔

اس بارے میں رائے میں اختلاف پایا جاتا ہے کہ کیا کسی کو مریض کی اجازت کے بغیر شفا یابی پراجیکٹ کرنی چاہیے کرنی چاہیے یا نہیں کرنی چاہیے۔

اس عمل کے کوئی نکتہ بدقوانین نہیں ہیں۔ صاف ظاہر اگر کوئی آپ کے زیر مہمداشت ہے جیسے بچے آپ اسی عمل درآمد کا مظاہرہ کرتے ہیں جو آپ بطور ایک بالغ بہترین تصور کرتے ہیں۔ آپ کو اپنے فیصلے بالخصوص شفا یابی کے عمل کے فیصلے اس

باب نمبر 8:

موم بتیوں کے ساتھ علاج

آگ کو ہمیشہ کسی جسم کی مقدس چیز تصور کیا جاتا رہا ہے۔ بہت سی قدیم ثقافتوں میں..... جس طرح سے دھواں ہوا میں تھمیل ہوتا تھا وہ طلسمی تھا۔ آگ کا مذہبی محفل طلسمی اور پُر اسرار تھا۔ بہت سے معاشروں میں..... آگ پہلے دیوتاؤں سے متعلق تھی اور آگ چرانے والوں کی داستانیں اور قصے آج بھی ہماری کتابوں کی زینت بنے ہوئے ہیں۔ پڑوسی تھیوس (PROMETHEUS) اور انسان کی تخلیق محفل ایک مثال ہے (پڑوسی تھیوس نے انسان کو بننے کے لیے دیوتاؤں سے آگ چرائی تھی)

ہم سب کی زندگیوں میں جسمانی اور لطیف طریقوں سے آگ کا مکمل دخل ہے۔ سورج کی آگ زمین پر زندگی کو سہارا دیتی ہے۔ جذبیوں کی آگ تحریک دلاتی ہے اور تخلیق کاری دلاتی ہے۔ زندگی کے تمام پڑوسلوں میں آگ کا مکمل دخل موجود ہے۔ آتش فشاں کی آگ سے لے کر عام جسمانی حرارت کی آغ..... جسمی آگ سے لے کر فہم و فراست کی آگ..... آگ کی موجودگی تقریباً ہر جگہ محسوس کی جاتی ہے۔

موم بتیاں ابجد و لطیفاتی مقاصد کے لیے اس وقت سے استعمال ہو رہی ہیں جب سے آگ دریافت ہوئی تھی۔ موم بتی حریہ آگ کو فاصل بنانے کے لیے ایک پرقوت علامت ہے اور ہماری زندگیوں میں روشنی کی ایک پرقوت علامت ہے..... جسمانی / لطیف اور لطیف سطحات پر۔ جب ہم موم بتیوں کی آگ استعمال کر رہے ہوتے ہیں..... ہم آگ کی رسوم و عادات میں شریک ہو رہے ہوتے ہیں جو صدیوں سے رائج رہی ہے۔

علاج / شفا لائی کے لیے موم بتیوں کے استعمال کو تخلیق کے ایک قدیم دستور کے طور پر

دیکھنا چاہیے۔ جب آپ موم بتی روشن کرتے ہیں..... آپ یہ تصور کریں کہ آپ اس جگہ روشنی تخلیق کر رہے ہیں جہاں پر پہلے روشنی تھی۔ آپ حرارت لارہے ہیں اور جہاں علاج کی ضرورت ہے وہاں علاج کر رہے ہیں۔ یہ تصور بذات خود شفا لائی کا حامل ہے۔ ان موم بتیوں کو بتی جسم میں ایک ان جلی روح / جوہر کے طور پر دیکھیں جو آگ کے تجزیہ کو کے لمس کے انتظار میں ہے تاکہ جسم اور روح کی صحت کی بحالی میں معاون ثابت ہو۔

موم بتی کے استعمال کے بنیادی قوانین

(1) موم بتی کا رنگ اور اس کی ارتعاشی قوت فعال ہوتی ہے اور خارج ہوتی ہے جب موم کو جلا یا جاتا ہے۔ جوں ہی موم بتی بجتی ہے..... گر و دھواں کے علاقے میں رنگ خارج ہوتا ہے اور اس علاقے میں موجود لوگوں پر اثر انداز ہوتا ہے۔

(2) آپ جو موم بتی استعمال کرتے ہیں اس کی شخصیات شفا لائی کی قسم سے انہماں دی جاتی ہے جس شفا لائی کی ضرورت درپیش ہوتی ہے۔ اس فہرست سے رہنمائی حاصل کریں جو مختلف صورت حال کی عکاسی کرتی ہے اور اس کتاب میں پہلے ہی پیش کی جا چکی ہے۔

(3) استعمال سے قبل تمام موم بتیوں کو غیر آلودہ کرنا چاہیے۔ اس طرح وہ آلودگی ختم ہو جاتی ہے جس کی تباہی کے دوران اس میں جمع ہو سکتی ہے۔ یہ عمل رنگ کو تقویت فراہم کرتا ہے اور یہ آپ کے مقاصد کے لیے زیادہ موثر اعماز میں کام کرتا ہے، یہ عمل ”موم بتی کی ڈرائنگ“ کہلاتا ہے۔

موم بتی کی ڈرائنگ ایک جمل کے ساتھ کی جاتی ہے۔ موم بتی کو لگانے والے کئی جمل مارکیٹ میں دستیاب ہیں۔ ہمیں موم بتی کو کسی سمت میں لٹیں۔ شفا لائی کی موم بتیوں کے لیے نیچے سے اوپر کی جانب لٹنے کا مکمل سووند ثابت ہوتا ہے۔ یہ موم بتی سے رنگ باہر نکالنے اور داخل میں لانے کی علامت تصور کی جاتی ہے۔

فگر مند ہرگز نہ ہوں مگر آپ کے پاس استعمال کرنے کے لیے جمل نہیں ہے۔ محض

ایک مضبوط بیان طبعی استعمال کریں جو آپ کے مقصد سے متعلق ہو یا اپنی دل پسند دعا کریں۔ یہ عمل موسمِ بقی کو تیار کرتا ہے اور آپ کو بھی تیار کرتا ہے۔

(4) ایک مرتبہ جب آپ کسی مخصوص مقصد کے لیے موسمِ بقی استعمال کر لیں اسے کسی دوسرے مقصد کے لیے استعمال نہیں کرنا چاہیے کیونکہ یہ اشتکار کا حامل اور نقاشِ سیٹ کرے گی۔

(5) کوئی بھی موسمِ بقی موثر ثابت ہو سکتی ہے۔ طویل اور زیادہ بہتر اثرات کے حصول کے لیے جہزِ بقی کی موسمِ بقیوں زیادہ موثر ثابت ہو سکتی ہیں۔ وہ شیشے کے قانونوں میں بند ہوتی ہیں اور وہ ایک ہفتہ تک طبعی رہتی ہیں۔

(6) کسی دوسرے کی آزاد خواہش میں مداخلت کے لیے موسمِ بقیوں استعمال نہ کریں۔ کیونکہ اس طرح خوشگوار اثرات ہرگز مرتب نہ ہوں گے۔

(7) موسمِ بقی کو بھانا شفا یابی کے عمل کا آخری مرحلہ ہونا چاہیے۔ اس عمل کو مضبوط نیت کے ساتھ انجام دینا چاہیے جیسے آپ مضبوطی کے ساتھ شفا یابی کی توانائی کو سیٹ اور تار بند کر رہے ہوں۔ یہ امر قابلِ توجہ ہے کہ موسمِ بقی کو بھانے کے لیے سانس استعمال نہ کیا جائے۔ سانس..... آگ کی مانند..... چلتی ہے اور ایک چھتھی قوت ایک دوسری چھتھی قوت کو بھانے کے لیے استعمال نہیں کرنی چاہیے۔ موسمِ بقی بھانے کے لیے ایک چھوٹا کپ استعمال کریں۔

موسمِ بقی کے رنگ

موسمِ بقیوں کے رنگ قربانی کے اثرات اسی طرح ظاہر کریں گے جس طرح رنگدار کپڑا یا رنگدار روشنی ظاہر کرتی ہے۔ موسمِ بقیوں نہ صرف شفا یابی کے عمل کے لیے استعمال ہوتی ہیں بلکہ عبادت..... مراقبہ..... اور طلسماتی مقاصد کے لیے بھی استعمال ہوتی ہیں۔ یہ بہتر ہے کہ آپ موسمِ بقیوں کو استعمال کرنے سے قبل ان مانعہ افطیعیاتی امور کو سمجھ لیں۔

سفید موسمِ بقی:

سفید موسمِ بقی طہارت..... پاکیزگی اور قوت کی علامت ہے۔ یہ کسی بھی دوسرے رنگ کی موسمِ بقی کے اثرات کو بڑھا دیتی ہے جسے اس کے ساتھ جلا یا جاتا ہے یہ صفائی کو فروغ دیتی ہے اور امید کو بیدار کرتی ہے اسے شفا یابی کے عمل یا کسی دوسرے عمل میں توانائی کی بقی تحریک کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ جب ایک سفید موسمِ بقی کا حوا میں ظاہر کرتا ہے کہ اس مقام کا حقیقی پل مل رہا ہے اور جب دھواں ختم ہو جاتا ہے وہ مقام صفائی قربانی کا حامل بن جاتا ہے۔

سیاہ موسمِ بقی:

سیاہ موسمِ بقی بہت زیادہ طاقتور ہے اور یہ بہت زیادہ تحفظ بھی عطا کرنے والی ہے۔ یہ کسی شخص کو داپس مچے زمین کی جانب لانے کے لیے بھی استعمال کی جاسکتی ہے۔ یہ مختلف رسوم یا عبادت میں بھی استعمال کی جاسکتی ہے تاکہ کدازوں اور ہیروں سے پردہ اٹھایا جاسکے اور ان قربانیوں کو بھنے کے لیے استعمال کی جاسکتی ہے جو ہم دے چکے ہوتے ہیں۔ یہ مراقبہ میں بھی استعمال کی جاسکتی ہے تاکہ ہم اندھیرے میں روشنی پا سکیں۔ یہ استحکام بخشتی ہے اور ذمہ داری کا احساس دلاتی ہے۔ جب اسے سفید موسمِ بقی کے ساتھ جلا یا جاتا ہے جب یہ بے حد موثر ثابت ہوتی ہے۔ بہت زیادہ سیاہ موسمِ بقی ڈپریشن (آزردگی) کا باعث بھی بن سکتی ہے۔

سرخ موسمِ بقی:

یہ موسمِ بقی محبت کی علامت ہے۔ اس کے علاوہ محبت اور خواہشات کے حصول کی بھی علامت ہے۔ یہ جذبات اور جنسی قوت کی موسمِ بقی ہے۔

گلابی موسمِ بقی:

یہ موسمِ بقی محبت اور کامیابی کی علامت ہے۔ یہ صاف ستھری زندگی گزارنے اور عزت

واحترام کے شعور کو بیدار کرتی ہے۔ یہ نیت کو نیک بناتی ہے اور یہ چٹائی اور کاسیائی کی بصیرت کو بیدار کر سکتی ہے۔

اور نچ موم بتی:

یہ موم بتی خوشی اور تخلیق کاری کی علامت ہے۔ اسے مراقبے کے عمل میں روحانیت کے حصول کو تحریک بخشنے کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ ان لوگوں..... جانوروں..... اور دیگر اشیاء کو آپ کی زندگی میں شامل کرنے میں معاون ثابت ہو سکتی ہے جنہیں آپ اپنی زندگی میں شامل کرنا چاہتے ہوں۔

زرد اور سنہری موم بتی:

زرد رنگ اس موم بتی کے شعلے کا رنگ ہے جس کے ساتھ ہم مراقبہ کے عمل بروئے کار لاتے ہیں اس میں ہم اپنی خواہشات کی تکمیل دیکھ سکتے ہیں۔ سنہری شعلے خواہوں کی کارکردگی کو دیکھنے اور ان کو تحریک دلانے میں معاون ثابت ہو سکتے ہیں۔

ہبز موم بتی:

یہ نشو و نما پانے اور نقل و حرکت کی موم بتی ہے۔ یہ جسم اور دماغ کی توانائیوں کو توازن سے توازن کرتی ہے۔ یہ شعور کی سطحات کو بلند کرتی ہے۔ یہ نوجوانی..... فراوانی اور زرخیزی کو تحریک بخشنے والی ہے۔

نیلی موم بتی:

نیلی موم بتی روحانی سمجھ بوجھ کی علامت ہے۔ یہ ہماری بیدارگی بلیوں کو بیدار کرتی ہے اور یہ زندگی کی علامت بھی ہے۔ یہ بچوں کے علاج معالجے کے سلسلے میں ہدایت و اثرات کی حامل ہے۔ ایسی رسوم یا عبادات جو دولت کے حصول کے لیے انجام دی جائیں ان میں نیلی موم بتیاں روشن کی جاتی ہیں۔

گرے اور سلور موم بتی:

موم بتی کا یہ رنگ وضاحت کی علامت ہے۔ آپ اس پر یہ دیکھنے کے لیے سوچ بچار کر سکتے ہیں کہ میں سرگرمیوں کا آغاز کس قدر بہتر ثابت ہوگا۔ یہ تحت اشعوری دماغ کی رخ کو بیدار کرتی ہے جو اس امر سے آشنا ہوتا ہے کہ آپ کی زندگی کے پیچھے آپ کے لیے کچھ گھوم رہے ہیں۔ یہ ہمارے وجدان کو بھی بیدار کرتی ہے۔

براون موم بتی:

براون غیر جانبدار موم بتی ہے۔ یہ یقین کی جوت چکا سکتی ہے۔ اس پر بھی مراقبہ انجام دیا جاسکتا ہے جو کم شدہ اشیاء کی بازیابی کے لیے ہوتا ہے۔

بنفشی اور ارغوانی موم بتی:

یہ روحانیت کی علامات ہیں۔ اس کے علاوہ طاقت اور قوت کی بھی علامات ہیں۔ یہ کاسیائی کی شمع روشن کرتی ہیں اور روحانی خواہشات کے حصول میں معاون ثابت ہوتی ہیں۔

موم بتیوں کے ساتھ علاج کا طریقہ کار

جب ہم ایک موم بتی روشن کرتے ہیں..... رنگ کی توانائی ماحول میں خارج ہوتی ہے اور وہاں سے یہ متعلقہ فرد کے اندر جذب ہو جاتی ہے۔ موم بتی کے امیر یا میں رہنے کا مکمل ہی آپ کو حسرت ہونے کی اجازت فراہم کرنے کے لیے کافی ہے۔ موم بتی سے خارج ہونے والی توانائی آپ کے ادارک فیلڈ (AURIC FIELD) کے ذریعے جذب ہوگی اور جسم بذات خود اسے اپنے اندر جذب کرے گا۔ آپ اس پر اس پر جس قدر زیادہ فوکس کریں گے یہ اسی قدر حیرت بخش ہدف اور زیادہ موثر ثابت ہوگا۔ توانائی میں سانس لینے کا مکمل بھی اس کے اثرات میں اضافہ کرے گا۔

علاج معالجے/شفا یابی کے ضمن میں موم بتیوں کے استعمال کا ایک سو مند اور پُر قوت طریقہ یہ ہے کہ انہیں مریض کے ارد گرد جیو میٹرکیل لے آؤٹ میں ترقیب دیا جائے۔ توانائی کی جیو میٹری بھی پُر قوت اثرات کی حامل ہوتی ہے۔ انسانوں کے الیکٹرو میگنیٹک لینڈوں کے ساتھ اس کا باہمی عمل سو مند ثابت ہوتا ہے۔ مختلف جیو میٹرکیل اشکال رگوں کے اثرات کو تبدیل کریں گی اور ان کے اثرات میں اضافے کا موجب بنیں گی۔ محض یہ سمجھنا درکار ہوگا کہ کون سی جیو میٹرکیل شکل سو مند ثابت ہوگی اور اس کے بعد مریض کے ارد گرد اسی شکل کے تحت موم بتیاں ترقیب دی جائیں گی۔ اگلے صفحات میں آپ موم بتی تھراپی کے لیے چھ اشکال کا مطالعہ کریں گے۔ یہ تمام اشکال انتہائی پُر قوت ہیں۔

تکون (TRIANGLE):

تکون اثرات بڑھانے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ آپ جس رنگ کی موم بتی استعمال کر رہے ہوں یہ اس کی شفا یابی کی قوت میں اضافہ کرتی ہے۔ یہ رنگ کو بھی زیادہ صاف شفاف بناتی ہے۔

مربع (THE SQUARE):

مریض کے ارد گرد مربع کی شکل میں موم بتیوں کو ترقیب دینے کا عمل تمام تر موشیاں و جیکل نظام کا انتظام بخشتا ہے۔ یہ تکون فراہم کرتا ہے۔

کرکس (THE CROSS):

مریض کے ارد گرد کرکس کی شکل میں موم بتیاں ترقیب دینے کا عمل مریض میں چاروں عناصر (آگ..... پانی..... ہوا..... اور مٹی) کے توازن کو قائم کرنے میں معاون ثابت ہوگا تاکہ رنگ موثر انداز میں کام کر سکے۔ بدل کے مرکز پر اثر انداز ہوتا ہے اور اس کے ساتھ خشک تمام تر مسائل کے لیے مددگار لایا جاسکتا ہے۔ یہ ہماری جسمانی توانائیوں کو توازن بخشتا ہے اور ہماری جذباتی..... ذہنی..... اور روحانی توانائیوں کو بھی توازن فراہم کرتا ہے۔ یہ جسم کے الیکٹرو میگنیٹک کو بھی انتظام بخشتا ہے اور معاونت انجام

دیتا ہے تاکہ رنگ بآسانی جذب ہو سکے۔

خمس/پنج گوشہ شکل (THE PENTAGRAM):

یہ شکل اس رنگ یا رنگوں کو تقویت فراہم کرتی ہے جو استعمال کیے جا رہے ہوتے ہیں، یہ مریض کی روحانی توانائیوں کو بیدار کرتی ہے اور ان توانائیوں کو شفا یابی کے عمل میں معاونت دینے پر آمادہ کرتی ہے۔

چھ شعاعوں کا حامل اشار (THE SIX-RAYED STAR):

موم بتی ترقیب دینے کی یہ شکل دل اور دماغ کے علاوہ جسم اور روح کو آپس میں خشک کرنے میں معاون ثابت ہوتی ہے تاکہ تمام تر سطحات پر شفا یابی وقوع پذیر ہو سکے اور محض جسمانی سطح پر ہی اس کا اطلاق نہ ہو۔ یہ قوت اور تحفظ عطا کرنے والی شکل ہے۔

سات شعاعوں کا حامل اشار (THE SEVEN - RAYED STAR):

یہ شکل موم بتیوں سے علاج کی ایک کارگر ترین شکل ہے بالخصوص بچوں کے لیے یہ تمام تر پیکروں کو توازن فراہم کرتی ہے اور انہیں ہم آہنگ بناتی ہے تاکہ شفا یابی کا رنگ انتہائی موثر انداز میں کام کر سکے۔ یہ جذباتی اور روحانی رویوں کو سکون بخشتی ہے۔ یہ رنگوں کی شفا یابی کی توانائیوں میں بھی اضافہ کرتی ہے۔

موم بتیوں کے ساتھ علاج کا لے آؤٹ



تکون کی شکل میں موم بتیاں ترقیب دینے کا عمل



مربع شکل میں موسم بقیان ترتیب دینے کا عمل



کراس کی شکل میں موسم بقیان ترتیب دینے کا عمل



عکس کی شکل میں موسم بقیان ترتیب دینے کا عمل



چھ شعاعوں کے حامل اسٹار کی شکل میں موسم بقیان ترتیب دینے کا عمل



سات شعاعوں کے حامل اسٹار کی شکل میں موسم بقیان ترتیب دینے کا عمل

☆☆☆

موسم بقیوں کے ساتھ علاج کرنے کے سلسلے پہلا کام جڑ آپ کو انجام دینا ہو گا وہ یہ ہے کہ آپ کو یہ یقین کرنا ہوگی کہ آپ کو کس رنگ کی ضرورت ہے اور یہ کئی رنگ بھی ہو سکتے ہیں۔ جب ہم موسم بقیوں کو کسی مخصوص شکل میں ترتیب دیتے ہیں ہم محض ایک رنگ کی موسم بقیان ہی استعمال نہیں کرتے۔ ہم ایک وقت کئی رنگوں کی موسم بقیان استعمال کر سکتے ہیں۔ آپ تجربہ کریں اور یہ دریافت کریں کہ آپ کے لیے کیا بہتر طور پر کارگر ثابت ہوتا ہے۔

موسم بقیوں کو کس شکل میں ترتیب دینا ہے اور موسم بقیان کس رنگ کی حامل ہونی چاہئیں..... یہ فیصلہ کرنے کے بعد مریض کو اس لے آؤٹ کے عین درمیان میں بٹھا دیں (آپ اپنے علاج کے سلسلے میں بھی یہی حکم ہمارے بروئے کار لاسکتے ہیں) موسم بقیان روشن کریں۔ موسم بقیوں کی روشنی کو ایک چھتائی محل کے تحت دیکھیں جو صورت حال میں روشنی..... رنگ..... اور توانائی لا رہا ہے۔

جب مریض اس لے آؤٹ میں بیٹھ جائے..... مناسب انداز میں سانس لینے کے عمل سے آواز کریں۔ جوں ہی آپ سانس اندر کھینچیں..... یہ تصور کریں کہ آپ رنگ کو اپنے جسم میں کھینچ رہے ہیں اور صورت حال کو توازن سے ہٹکار کر رہے ہیں۔ پرسکون رہیں اور آہستہ آہستہ سانس لیں۔ آگ سے چارج شدہ رنگ کو فطری اور ہموار انداز میں کام کرنے دیں۔ یہ ذہن میں رکھیں کہ آپ کا نظام اس پراس (عمل) کے ذریعے شفا یابی اور قوت سے ہٹکار رہا ہے۔

2015 منتہی قوت انداز میں موثر ثابت ہوتے ہیں۔ آپ صبح سویرے پہلے کام کے طور پر اس عمل کو انجام دے سکتے ہیں یا رات کو بستر پر دراز ہونے سے قبل آخری کام کے طور پر انجام دے سکتے ہیں۔ اس عمل کے اثرات آپ کے توانائی کے تمام تر نظام کو مستحکم بناتے ہیں۔ اس کی قصیر انجام دیتے ہیں اور اس کی معاونت کرتے ہیں۔ یہ عمل روزانہ دہرائیں حتیٰ کہ بیماری / تکلیف رافع ہو جائے اور صورت حال میں بہتری پیدا ہو جائے۔ متاثرہ مقام کو سرے قوت سے فراہم کرنے کے لیے تکلیف رافع ہونے کے بعد بھی ایک یا دو دن تک اس عمل کو جاری رکھیں۔ کچھ لوگ روزانہ اس علاج کو جاری رکھیں گے حتیٰ کہ موسم بقیان

بل کر ختم ہو جائیں آپ دوبارہ حجرہ کریں۔ کبھی آپ ایسا بھی محسوس کریں گے کہ یہ طریقہ ایک بہتر طریقہ ہے اور کبھی ایسا بھی ہوگا کہ یہ طریقہ اپنانا ضروری نہ ہوگا اور ایک یا دو دن کا علاج ہی آپ کے لیے کافی ثابت ہو سکتا ہے۔ اپنے وجدان اور جسم کے رد عمل اور فیڈ بیک پر اعتماد کریں۔



موم بتیوں کے ساتھ غیر حاضر مریض کا علاج

ہم دور دراز کے مریضوں کے لیے بھی موم بتیوں اور لے آؤٹ سے علاج معالجہ کر سکتے ہیں۔ اس کے لیے بھی بہتر ہوگا کہ آپ کے پاس شہادت (WITNESS) موجود ہو (ایک فوٹو یا کوئی ایسی چیز جسے مریض نے چھو رکھا ہو) تاکہ اس عمل میں آپ کو معاونت میسر آ سکے۔ اگر آپ کے پاس کوئی شہادت موجود نہیں ہے تب آپ کاغذ کے ایک ٹکڑے پر مریض کا نام اور پتہ تحریر کر لیں۔ اس کے بعد ایک سادہ سفید موم بتی لیں۔ اسے ڈریس کریں (اسے تیل کے ساتھ آلودگی سے پاک کریں) اور اسے اس مریض کی روحانی اور جسمانی روح / جوہر کی علامت تصور کریں جس کے لیے آپ شغلیابی کی توانائیاں ارسال کر رہے ہیں۔ سفید موم بتی کو شہادت کے اوپر رکھیں (یا اس کاغذ کے اوپر رکھیں جس پر آپ نے مریض کا نام اور پتہ تحریر کیا ہے) اس کے بعد موم بتیوں کو اس لے آؤٹ (فعل) میں ترجیب دیں جو آپ نے منتخب کیا ہے اور سفید موم بتی درمیان میں رکھیں۔ اس مریض کی توانائیوں کا تصور کرتے ہوئے جس کی نمائندگی یہ موم بتی کر رہی ہے۔

رنگ دار موم بتیوں کو روشن کریں (جلا لیں) کیونکہ یہ مریضوں اور تصور کریں کہ مریض موم بتی

کی روشنی کو شغلیابی کی توانائیوں سے بھر رہا ہے۔ آپ موم بتیوں کو 10 تا 15 منٹ تک روشن رکھ سکتے ہیں۔ آپ شہادت کو ختم کر اس لے آؤٹ کے وسط میں رکھ سکتے ہیں۔ مختلف لوگوں کے لیے علاج کے مختلف طریقے درکار ہوتے ہیں کیونکہ ہم سب اپنے منفرد توانائی کے نظام کے حامل ہوتے ہیں اور علاج / شغلیابی کے پراس کو اس نظام کے عین مطابق ایڈجسٹ کریں۔

لے آؤٹ کے عین درمیان میں شہادت رکھیں اور حسب حال رنگدار موم بتیوں کو ترجیب دیں۔ رنگ کے ارتعاش شہادت کے ذریعے مریض تک پراجیکٹ اور ہم آہنگ ہوتے ہیں۔ آپ شہادت کی نمائندگی کے لیے سفید موم بتی بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ اسے روشن کریں اور شہادت کے عین اوپر رکھ دیں۔ اس سے پراس کو تقویت حاصل ہوتی ہے۔

☆☆☆

علم نجوم کے حوالے سے رنگوں کی روایت..... ۱

سیارے	جسم کے جس سے پر عمرانی کرتے ہیں	رنگ
سورج	قوت حیوانی..... دوران خون کا نظام..... دل	اورنج..... سنہری
چاند	چھاتی..... معدہ..... رحم..... جسم کا ردھم	سلور..... بنبر
عطارد	اعصابی نظام..... ہاتھ..... ہچچھوڑے	وہاتی (METALLIC) نیلا
زہرہ	جسمانی شکل و شہادت (بال جلا و غیرہ) تولیدی اعضاء	پاشل نیلا اور بنبر
مرخ	اعصاب..... مردانہ اعضا..... تولیدی	اسکارلٹ اور نیلکا
مشتری	جگر..... ہپ..... دائیں	گہرا نیلا..... آبیروانی INDIGO
زحل	جلد..... ہڈیاں..... فانت..... جوڑ..... ہا اعصاب..... ڈاکر	ہیراؤن اور بنبر
یورینس (URANS)	آنکھوں کی کوئی اور راڈز	ایکٹریک نیلا اور سلور
نپچون (NEPTUNE)	پکڑے اور قدھوڑی	سی گرین ہسوی کی گرے
پلوٹو (PLUTO)	تولیدی نظام کی قوتیں	سیکھا

☆☆☆

باب نمبر 9:

رنگوں کا درخت

اب تک ہم نے رنگ سے علاج کے کچھ روایتی طریقے بیان کیے ہیں تاکہ آپ اس علاج کے برائے کونجھ تئیں اور یہ طریقے ماہرہ الطبعیات کے بڑے نظاموں میں اختیار کیے جاتے ہیں لیکن رنگوں کے ساتھ علاج کے لیے محض حذکرہ طریقے ہی موجود نہیں ہیں۔

کوئی نظام کسی دوسرے نظام سے بہتر یا زیادہ موثر ہرگز نہیں ہے۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ آپ اس نظام کا انتخاب کریں جو آپ کے لیے کارگر ثابت ہو اور جو آپ کے لیے آرام اور سہولت کا باعث بنے۔ آپ اس کے ساتھ جس قدر زیادہ ذاتی اہمیت منسلک کریں گے۔ یہ نظام اسی قدر مارنے پر ثابت ہوگا۔

مختلف روایات اپنے مخصوص رنگ کا انتخاب کرتی ہیں۔ مثال کے طور پر علم نجوم کی روایات مختلف سیاروں کے ساتھ مخصوص رنگ منفقہ البروج منسوب کرتی ہیں (علم نجوم) کی روایت کا چارٹ ملاحظہ ہو) چونکہ علامات اور سیارے جسم کے مختلف حصوں پر عمرانی کرتے ہیں لہذا علم نجوم کے رنگ ان مقامات / حصوں کی نشانی میں معاونت کے لیے استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ ہم علاج کی وہی مہارتیں بروئے کار لائیں گے جو ہم نے پہلے بیان کی ہیں۔ ہم محض نظام میں اس رنگ کو ایڈجسٹ کریں گے جو ہمارے لیے زیادہ موزوں ہے۔

علم نجوم کے حوالے سے رنگوں کی روایت..... ||

مطلقہ البروج کی علامت	جسم کے صے	رنگ
حمل	سر.....چہرہ.....دماغ	سرخ
ثور	گردن.....گھٹا.....قناتی رانچہ	لاٹھ بیو اور پاشل
جوزا	ہاتھ.....کندھے.....	سلیٹ نیلا یسین
سرطان	بازو.....پچھڑے	زرہ
اسد	معدہ.....چھاتی	سلور.....گرین
سنبلہ	دل.....پشت	اورنج.....گولڈ
میزان	آئینہ.....مٹانہ	گہرا نیلا
عقرب	گردے.....رم	سافٹ گلابی اور نیلا
قوس	جنگی اعضاء	گہرا زرد.....چمکدار سرخ
جدیمٹانہ.....ناک
دلو	ہپ.....رانی.....پٹے	گہرا نیلا
حوت	کھٹے.....جوڑے.....جلد	سیاہ.....برادکن.....زادکر
	آکھیں.....مٹے	ایکٹرک نیلا.....تیل
	زرد اور سبز
	پاؤں.....پاؤں کی اھلیاں	سی گرین اور سلور

☆☆☆

رنگوں سے علاج کا ایک موثر متبادل نظام صوفیانہ قائل (MYSTICAL QABALA) ہے۔ قائل صوفی ازم کی قدیم جسم ہے جو حقیقت اور عملی توانائی کی حامل ہے۔

ایک صل پر یہ ہمیں یہ درس دیتا ہے کہ ہر مراحط کے ذریعے کائنات کی تشکیل دی گئی تھی۔ ایک زیادہ مادی صل پر یہ ہمیں یہ درس دیتا ہے کہ ہم کیسے اپنے احساس / شعور مختلف سطحات تک رسائی حاصل کر سکتے ہیں تاکہ ہم اپنی ذاتی توانائیوں اور کائنات کی توانائیوں سے زیادہ موثر انداز میں استفادہ کر سکیں۔

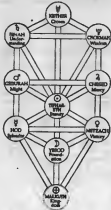
قائل کے نظام کے ساتھ کام کرنے کے لیے زندگی کا درخت (THE TREE OF LIFE) ایک بنیادی علامت اور تصور ہے۔ یہ دس سطحات کی حامل ایک تصور ہے۔ ہر ایک صل شعور / دماغ کی ایک مخصوص صل کی نمائندگی کرتی ہے۔ ہر ایک صل مختلف سوشالو جیکل پراسسوں کے ساتھ منسلک ہے۔ ان سطحات میں سے ہر ایک صل بہت سے مختلف وصف / صفت کے ساتھ منسوب ہے بشمول مخصوص رنگ۔ ان کو جب مناسب اعجاز سے استعمال کیا جائے تو ہمارے وقت / شعور / دماغ میں ایک صل فعال کرتے ہیں اور اس طرح جسمانی اور روحانی صل پر کئی اقسام کے رد عمل رونما ہوتے ہیں۔

یہ کتاب ان تمام اثرات کی تحقیق و تفتیش سرانجام دینے کے لیے مخصوص نہیں ہے۔ مزید معلومات کے لیے آپ مصنف کی قائل پرکب سے استفادہ کر سکتے ہیں۔ ذریعہ نیویا میں ہم محض اس امر تک محدود ہیں کہ کہ رنگوں کے علاج میں زندگی کے درخت کو کس طرح استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یا ایک متبادل نظام ہے لیکن یہ قوت اثرات کا حامل ہے۔

ایک درخت ایک قدیم علامت ہے اور اس کو بہ آسانی انسانی صحت کی صورت حال کے لیے بطور استعارہ / کنایہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔ درخت ان چیزوں کی نمائندگی کرتا ہے جو نشو و نما اور ارتقا پاتی ہیں۔ یہ آسٹوں اور زمین کے درمیان ایک ہل کا کام کرتا ہے۔ درخت کی جڑوں اور تنے کی مانند انسانی صحت کی بنیادی جسم میں ہے۔ ہمیں اپنی زیادہ لطیف توانائی کے اکٹھا ہر کی جانب بھی توجہ دینی چاہیے۔ ہم محض طبی جسم یا اپنے جسم کی جڑوں پر فوکس نہیں کر سکتے۔

درختوں کی کٹ چھانٹ کرنی چاہیے تاکہ اس پر بھل لگ سکیں۔ ان کو زمین کی ضرورت ہوتی ہے۔ صاف ہوا اور پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ تناور اور بالائی شاخیں بھی

قوانینوں میں ہماری زندگیوں میں ستاروں کے طمک کی قوتوں کے ہمراہ دماغ کی کئی عقلی اور
وجدانی کارگزاریاں شامل ہوتی ہیں۔



ہم شعوری طور پر ان سطحات تک رسائی حاصل کرنے اور ان کو فعال بنانے کے
بارے میں سیکھیں گے۔

ہم اسی قدر زیادہ قدامت پرست اور مستویں سے شعوری طور پر اپنی صحت کو کنٹرول کر سکیں
گے۔ شعوری طور پر سیکھنے کا عمل تحت الشعوری ان سطحات کو کنٹرول ہے اور عقلیاتی کے مخصوص
اثرات قبول کرنے پر آمادہ کرتا ہے۔ یہ عمل نہ صرف براہ راست جسم کی کئی ایک کارگزاریوں
پر اثر انداز ہوگا بلکہ یہ ابجد الطبیعیاتی تحریک ابھارنے والی مجھ یو جھ کو بھی پیدا کرے گا جو
مسئلے کے پیچھے پنہاں ہوگی۔ ہم تحت الشعوری دماغ کی ہر ایک سطح کی قوانینوں کے بارے
میں کچھ نہ کچھ سیکھنے سے آغاز کریں گے۔

درخت کی صحت کے لیے اسی قدر اہمیت کی حامل ہوتی ہیں جس قدر اہمیت کی حامل جڑیں
ہوتی ہیں۔ درخت بیمار بھی پڑ سکتا ہے۔ کیڑے کوڑے..... آلودگی اور دیگر ہوائی ذرائع
اس کی بیماری کا باعث بن سکتے ہیں۔ وہ بالائی شاخوں سے آغاز کرتے ہوئے درخت کی
جڑوں کو نقصان سے دوچار کرتے ہیں اور یہ سب کچھ درخت کی پھل دینے کی اہلیت کو متاثر
کرتا ہے۔

اور کچھ انسانیوں کے ساتھ بھی ہوتا ہے۔ اگر ہم اپنی روحانی..... فنی..... اور
جذبائی قوانینوں کو حالت توازن میں نہ رکھیں گے تب وہ ہمارے طبعی جسم کو نقصان سے
دوچار کریں گی اور بیماریاں رونما ہوں گی۔ ہمیں تمام تر سطحات پر اپنی قوانینوں کے ساتھ
کام کرنے کا کر سکتا ہوگا اور کبھی وجہ ہے کہ اگلے باب میں ہم زندگی کے عقلیاتی کے درخت
کے کام کے لیے رنگوں کی چار سطحات کی تحقیق و تفتیش کریں گے۔ یہ رنگ ہے جو ہر ایک مسئلے
کے متدارک کے لیے معاون ثابت ہوتا ہے خواہ یہ مسئلہ روحانی..... فنی..... جذبائی..... یا
جسمانی نوعیت کا حامل ہی کیوں نہ ہو۔

تحت الشعوری دماغ کی مختلف سطحات جسم کی قوانینوں کو کنٹرول کرتی ہیں۔ اس
تفتیش کی انجام دہی میں ہمیں وقت کا سامنا کرنا پڑتا ہے کہ کون سی سطح جسم کی کس کارگزاری
کو کنٹرول کرتی ہے اور اس کے بعد یہ تفتیش کرنے میں وقت پیش آتی ہے کہ تحت الشعوری
اس سطح کو کیسے فعال بنایا جائے اور کبھی وہ مقام ہے جہاں پر زندگی کا قبائلیک
(QABALISTIC) درخت اپنا کردار ادا کرتا ہے۔

زندگی کا قبائلیک درخت

زندگی کے درخت میں 10 سطحات ہیں (تصویر ملاحظہ ہو) تصویر میں ہر سطح کے لیے
روایتی عبرانی زبان کا پچاس اکر بڑی ترتیب کے ساتھ دیا گیا ہے۔ ہر ایک تحت الشعوری
دماغ کے اندر ہر ایک علامت ہے۔ ہر ایک سطح جسم کے کسی نہ کسی موشیاو جیکل پر اس کو
کنٹرول کرتی ہے۔ اس کے علاوہ وہ عالمگیر قوانینوں کو بھی کنٹرول کرتی ہے۔ عالمگیر

زندگی کے درخت کے شفا یابی کے فرشتے



ملکوتھ (MALKUTH):

بنیادی رنگ:

سیاہ..... زخنی (OLIVE)..... رُز..... RUSSET..... اور CITRINE

جوشی اثرات:

زمین

شفا یابی کا فرشتہ:

سائل فون (SANDAL PHON)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں:

تمام تر جسمانی صحت..... پاؤں..... اخراج کا نظام..... ذہریلے مواد کے خلاف جسم کی پہلی دفاع لائن

ملکوتھ (MALKUTH) تحت اشعوری دماغ کی دوسری ہے جو اس امر کی نگرانی کرتی ہے کہ ہماری صحت ہمارے طبعی ماحول سے کسی طرح متاثر ہوئی ہے۔ تمام تر بیماریاں جسمانی یا جذباتی وجوہات کی مرہون صحت نہیں ہیں۔ آلودگی اور دیگر ذہریلے ماحولاتی عناصر بھی مسائل کا باعث بن سکتے ہیں۔

ہم اپنے پاؤں کے ذریعے زمین کے ساتھ منسلک ہوتے ہیں اور اس کی توانائی کے تمام تر نمونوں..... ذہریلے آلودگی شفا یابی کے حامل کے ساتھ منسلک ہوتے ہیں۔ کیونکہ ہم تمام تر ماحولاتی عناصر کو کنٹرول نہیں کر سکتے لہذا یہ بہتر ہے کہ تحت اشعوری دماغ کی اس سطح کو رنگ کی شفا یابی کے ذریعے باقاعدگی کے ساتھ فعال بنایا جائے۔ یہ بہت سے بڑے بڑے نظاموں کو منظم بناتی ہے۔

پاسود (YASOD):

بنیادی رنگ:

اخرائی اور بخشی

جوشی اثرات:

چاند

شفا یابی کا فرشتہ:

جبرائیل (GABRIEL)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں :

جنسی اعضاء..... چھاتی..... حمل..... جسمانی ردِ جسم..... جنس..... نظامِ ہضم وغیرہ
یاسودتحت اشعور کی وہ سب ہے جو جنسی توانائی اور جنسی نشوونما کی کارگزاریوں کی نگرانی
کافرینضاجام دیتی ہے۔ یہ تحت اشعور کی وہ سب ہے جو ہمارے جسم کے ردِ جسم کو کنٹرول کرتی
ہے۔

تحت اشعور کی اس سب پر کہ ہم اس سمجھ بوجھ کے حامل بنے ہیں کہ یہ کیسے ہماری تمام تر
صحت کی بنیادوں کو متاثر کر رہے ہیں۔ یہ تحت اشعور کی وہ سب ہے جو ہمیں اپنی صحت یا کسی
دوسرے کی صحت کے ساتھ ہم آہنگ ہونے میں معاونت عطا کرتی ہے۔

حود :HOD

بنیادی رنگ :
اورنج

جوئی اثرات :

عطارد (MERCURY)

شفا یابی کا فرشتہ :

میکائیل (MICHAEL)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں :

اصحابی نظام..... دورانِ خون کا نظام..... پیچھڑے..... اچھڑے..... دھمکے.....
بورنے کا نظام..... یادداشت..... سماعت اور بصارت..... لہجہ
محدث اشعور کی دماغ کی وہ سب ہے اصابی اور دورانِ خون کے نظام کی نگرانی کا
فرینضاجام دیتی ہے۔ یہ دماغ کے بائیں حصے کی کارگزاریوں کے ساتھ بھی منسلک ہے۔

تحت اشعور کی اس سب کو فعال بناتے ہوئے اصابی..... دورانِ خون کے نظام کی خرابیوں کو
دور کیا جاسکتا ہے۔

اگر ہم کسی بھی قسم کے اطلاع کے مسئلے کا شکار ہوں تو ہمیں تحت اشعور کی اس سب کو فعال
بنانا چاہیے۔ یہ وہ سب ہے جو علاج کی اثر پذیری قبول کرنے میں معاون ثابت ہو سکتی ہے۔
یہ سب ہمیں سیکھنے میں معاون ثابت ہو سکتی ہے اور اس کی قوتوں اور کمزوریوں کے بارے میں
جاننے میں بھی معاون ثابت ہو سکتی ہے۔

نت زاج (NETZACH) :

بنیادی رنگ :

زمردی رنگ (EMERALD)

جوئی اثرات :

زہرہ (VENUS)

شفا یابی کا فرشتہ :

ہانیل (HANIEL)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں :

جسمانی فعل و شہادت کے بڑے بڑے پہلو (جلد..... ہال وغیرہ)..... زنانہ جنسی
اعضاء..... تولیدی اعضاء..... دودھ کی غدودیں..... حیض..... گھٹا..... گردے..... بائیں
بہ..... قناتی رائیڈ وغیرہ وغیرہ۔

نت زاج تحت اشعور کی دماغ کا وہ امیر ہے جو نہ صرف ہماری جسمانی فعل و شہادت
کو ڈائریکٹ کرتا ہے بلکہ اس کو بھی ڈائریکٹ کرتا ہے کہ ہم حقیقت میں اس کے بارے
میں کیا محسوس کرتے ہیں۔ یہ گردوں اور کسی حد تک جسم کے اخراج کے نظام کے ساتھ بھی

تعلق رکھتا ہے۔ یہ یعنی اعضاء پر اثر انداز ہوتا ہے بالخصوص زنانہ جنسی اعضاء اور یہ وہ سبب ہے جس کو فعال بناتے ہوئے... میں اور حمل کے مسائل سے نجات حاصل کی جاسکتی ہے۔ یہ تحت اشعوری وہ سبب ہے جو ہماری جذباتی صورت حال کے ساتھ بھی خشک ہے۔ اس کو فعال بنانا اس وقت مفید ثابت ہو سکتا جب جسمانی مسائل جذباتی صورت حال کی بنا پر زیادہ پیچیدہ ہو رہے ہوں اور شدت اختیار کر رہے ہوں۔ اس سبب کو آرتھرائٹس... رنگوں کی تھرائپٹ اور قس تھرائپٹ کے ذریعے فعال بنایا جاسکتا ہے۔

ٹپ ہار تھ (TIPHARETH) :

بنیادی رنگ:

زرد (سنہری)

جوئی اثرات:

سورج

شفایابی کا فرشتہ:

رائل (RAPHEAL)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں:

دل... مائع نظام... قدامت گینڈ... ریڑھ کی ہڈی کے مہرے... جسمانی نشوونما

ٹپ ہار تھ تحت اشعوری دماغ کی پرت سبب ہے بالخصوص شفا یابی کے عمل میں۔ شفا یابی کے لیے تحت اشعوری کس سبب کو تحریک دلاتی ہے۔ اگر آپ اس امر کے بارے میں غیر یقینی صورتحال کا شکار ہوں۔ آپ اس سبب کو تحریک دلاتے ہوئے کوئی غلطی نہیں کریں گے۔ یہ سبب جسم کے تمام تر قانون پر اثر انداز ہوتی ہے۔

اس سبب کا مائع نظام کے ساتھ براہ راست رابطہ ہے اور یہ ہماری جسمانی صحت کا دل ہے۔ اس سبب کے ساتھ خشک فرشتہ رائل ہے جو چمک... خوبصورتی... اور شفا یابی کا فرشتہ ہے۔ یہ سبب نظام کی بہت سی خرابیوں کو دور کرنے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔

جیوہورا (GEBURAH) :

بنیادی رنگ:

سرخ

جوئی اثرات:

سرخ (MARS)

شفایابی کا فرشتہ:

کائیل (KAMAE)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں:

جسم کے اعضاء... مردانہ جنسی اعضاء... تولیدی نظام پر کسی قدر اثرات وغیرہ وغیرہ

جیوہورا تحت اشعوری دماغ کی دو سبب ہے جسے بخاری حالت میں فعال بنانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ سرجمی (آپریشن) اور ایکٹوینٹ وغیرہ کے موقع پر یہ سبب عظیم قوت کو تحریک دیتی ہے۔

یہ سبب جسم کے اندر خون کے ساتھ بندھی ہوئی ہوتی ہے بالخصوص خون کے سرخ ذرات کی افزائش کے ساتھ۔ خون کی کمی کی صورت میں اس سبب کو تحریک دلاتا سودمند ثابت ہوتا ہے۔

چنڈ (CHESD) :

بنیادی رنگ:

نیل

جوتی اثرات:

مشتری (JUPITER)

شفایابی کا فرشتہ:

زدکیل (TZADKIEL)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں:

خون..... جگر..... سپ..... دائیں..... سریں..... آنتیں وغیرہ

یہ تحت اشعوری دماغ کی وہ سب سے جو جسم کی اس اہلیت کے ساتھ شلک ہے جس کے تحت خون کے نظام کو زہریلے مواد سے پاک کیا جاتا ہے۔ جگر کی کارگزاریوں میں سے ایک کارگزاری..... اور اس پر مشتری حکومت کرتا ہے۔

اس سب کے ساتھ کام کرتے ہوئے ذرن کے مسائل (بہت زیادہ ذرن یا بہت کم ذرن) پر قابو پالیا جاسکتا ہے۔ اس میں موٹا پانی شامل ہے۔ اس سب کو روزانہ تحریک دلانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ سب انہیں خدا سے زیادہ سے زیادہ نقایت حاصل کرنے میں معاونت عطا کرتی ہے۔

بیناہ (BINAH) :

بنیادی رنگ:

سیاہ

جوتی اثرات:

زحل (SATURN)

شفایابی کا فرشتہ:

زکیل (TZAPHKIEL)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں:

جلد..... ہڈیاں..... وائٹ..... جوڑ..... سماعت..... تلی وغیرہ وغیرہ

یہ ایک پرتو مرکز ہے جو بیماری سے صحت یاب ہونے کے دورانیے پر اثر انداز ہوتا ہے۔ یہ ہڈیوں پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔ اس کو تحریک دلاتے ہوئے جوڑوں کے دروازوں کو کھول دیا جاسکتا ہے۔

چوک ماہ (CHOKMAH) :

بنیادی رنگ:

گرے

جوتی اثرات:

نپچون (NEPTUNE)

شفایابی کا فرشتہ:

زکیل (RATZIEL)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں:

اعصابی نظام..... آنکھیں..... تلی بیماریاں..... پاؤں..... دماغ وغیرہ وغیرہ

یہ تحت اشعوری وہ سب سے جو غددوں..... ان کی کارگزاریوں..... اور پیکروں کے

ساتھ ان کے روادیا کو متاثر کرتی ہے۔ اسے تحریک دلاتے ہوئے انہی کی بیماریوں سے نجات حاصل کی جاسکتی ہے۔ یہ سب ان بیماریوں میں بھی معاونت کرتی ہے جو نشیات کی وجہ سے لاحق ہوتی ہیں۔

یہ تحت اشعور کی وہ سطح ہے جو سوشیا لوجیکل خرابیوں میں معاون ثابت ہو سکتی ہے۔ اس کا براہ راست تعلق ہماری دماغی صحت اور جسمانی صحت پر اس کے اثرات سے ہے۔

کیتھر (KETHER) :

بنیادی رنگ :

سفید

جوئی اثرات :

یورینس (URANUS)

شفایابی کا فرشتہ :

مٹاٹرون (METATRON)

متاثر ہونے والی جسمانی کارگزاریاں :

تولیدی نظام کی تولیدی قوتیں..... منجھے..... اعصابی نظام..... ریزہ کی ہڈی کے ہرے اور بصارت کے کچھ پہلو وغیرہ۔

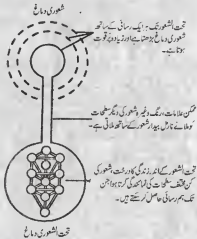
جب ہم اپنی صحت کے ساتھ کام انجام دے رہے ہوتے ہیں اس وقت یہ ایک اہم سبب ثابت ہو سکتی ہے۔ اس سبب کو فعال بناتے ہوئے ان علامات اور مسائل کی وضاحت ممکن ہو سکتی ہے جن کو پہلے شفا سے محروم رہا تھا۔

یہ سبب بہت سی اعصابی خرابیوں کو دور کر سکتی ہے اور ناقابل علاج مسائل کا متاثرہ کر سکتی ہے۔

☆☆☆

زندگی کی شفایابی کی مہارتوں کا درخت

بہت سی مہارتیں ایسی ہیں جنہیں شفایابی کے عمل میں زندگی کے درخت کو استعمال کرنے کے لیے بروئے کار لایا جاسکتا ہے۔ جیسا کہ ہم اگلے باب میں مطالعہ کریں گے..... زندگی کے درخت کی ہر ایک سطح کے لیے رنگ کے چار سیٹ موجود ہیں۔ ان میں سے ہر ایک رنگ اپنے مخصوص انداز میں تحت اشعور کی دماغ کی ایک سطح کو فعال بناتا ہے۔



ساتھ صفات پر..... ہم نے ہر ایک سطح کے لیے محض ایک بنیادی رنگ تجویز کیا تھا۔ یہ بنیادی رنگ وہ رنگ ہے جو تحت اشعور کی دماغ کو اس طور فعال بناتا ہے جو اسے تصورات کے لیے زیادہ موثر انداز سے کھولے..... دماغ کی تخلیقی قوتوں کے لیے کھولتا ہے۔ یہ وہ

رنگ ہے جو حقیقی قوتوں کو تحت اشعوری اس سطح پر تحریک دلاتا ہے۔

یہ رنگ ہمیں تحت اشعوری سطح کے ذریعے آپ سانی فرشتے کی شفا یابی کی معاونت سے شملک کر سکتا ہے اور ہم شفا یابی کی توانائیوں کا تجربہ بہتر طور پر کر سکتے ہیں۔ اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ اسے باہر میں بیان کر دے دیگر رنگ غیر موثر ہیں بلکہ اس کا مطلب یہ ہے وہ رنگ جس کا اس سطح کے لیے پہلے ذکر کیا جا چکا ہے اور رنگ ہے جو اپنے شفا یابی کے اثرات کے لیے زیادہ قابل بیان ہے۔

☆☆☆

مخفی سطحیات کا سراغ

ہماری قبائلیہ QABALA رنگوں کی مہارت میں..... ہم رنگوں کو تحت اشعوری دماغ کی مخصوص سطحیات کو تحریک دینے کے لیے استعمال کرتے ہیں اور یہ عمل ہمیں اس قابل بناتا ہے کہ ہم جسم کے افعال کو زیادہ موثر انداز میں ڈائریکٹ کر سکیں اور صحت کے ان عناصر کو تہل کر سکیں جو دماغ کی اس سطح کے ذریعہ کنٹرول ہیں۔

☆☆☆

(1) یہ فیصلہ کرتے ہوئے آغاز کریں کہ آپ کو زندگی کے درخت کی کس سطح کو فعال بنانے کی ضرورت ہے تاکہ آپ کو مخصوص صحت کے مسئلے میں معاونت حاصل ہو۔

(2) یہ فیصلہ کریں کہ آپ ہر رنگ کی طرح شامل کرنا چاہتے ہیں۔ موسم تہوں کے ذریعے..... پرہیزگار لائٹ کے ذریعے..... رنگدار سانس کے ذریعے..... رنگدار کپڑے کے نگاروں کے ذریعے..... یا جسے تصور کے ذریعے۔ آپ ان کو کسی مجموعے کے تحت بھی استعمال کر سکتے ہیں جسے آپ مناسب سمجھیں۔ چونکہ یہ شفا یابی کا مراقبہ ہے لہذا آپ موسم تہوں بھی روشن کرنا چاہیں گے (مناسب رنگوں کی حامل) اور مراقبے کے ایہ ذریعہ کے ارتعاش سے بھرنا چاہیں گے۔

(3) اپنی آنکھیں بند کر لیں اور یہ سکون ہو جائیں۔ آہستہ آہستہ مناسب انداز میں سانس

لیں۔ اپنے آپ کو دیکھیں اور محسوس کریں کہ آپ صاف ترین ہوا میں سانس لے رہے ہیں۔ اس طرح آپ کو تقویت میسر آئے گی اور توازن بھی میسر آئے گا۔

(4)

اب آپ آہستہ آہستہ دماغ کا تھکے کے ساتھ سانس لینا جاری رکھیں۔ تصور کریں کہ آپ جو ہوا سانس کے ذریعے اندر سمجھتے ہیں وہ زندگی کے درخت میں مناسب سطح کا رنگ تبدیل کر رہی ہے۔ یہ بھی دیکھیں کہ آپ کا جسم اور آپ کی ہیک اس رنگ سے بھر رہی ہے۔ جو بھی آپ پر عمل انجام دیں..... اپنے ذہن کا انداز منظر کا تصور کریں جو منظر عام پر آتا ہے۔ آپ اس مراقبے میں جبرگ استعمال کرتے ہیں وہ دماغ کی حقیقی قوتوں میں اضافہ کرتا ہے۔ یہ آپ کی تصوراتی قوت میں بھی اضافہ کرتا ہے اور تحت اشعوری مخصوص سطح کو کھولتا ہے۔

(5)

آپ اپنے دماغ کی آنکھ سے ایک منظر دیکھنے کا آغاز کریں۔ آپ ایک بڑا درمیں کھڑے ہیں۔ ہال چماتے ہوئے ہیں۔ تمام تر منظر پر ہلکا سا رنگ چھایا ہوا ہے۔ بہتر درمیں پھول ہیں لیکن وہ نہ تو شباب پر ہیں اور نہ ہی سر چھائے ہوئے ہیں، اس بہتر دار کے وسط میں ایک بڑا سا درخت ہے۔ اس کی جڑیں زمین میں گھولتی ہیں جیست ہیں اور اس کی بالائی شاخیں اوپر گئے آسمانوں میں آئیں۔ جی کہ درخت میں چھایا ہوا دکھائی دیتا ہے۔

آپ آہستہ آہستہ اس کی جانب چلتے ہیں اور آپ اس کی بنیاد میں ایک غار دیکھتے ہیں اور اس سے ایک نرم روشنی نمودار ہو رہی ہے۔ اس رنگ کا تصور آپ نے مراقبے کے آغاز میں کیا تھا۔ یہ زندگی کے درخت کی سطح کا وہ رنگ ہے جسے آپ اپنی صحت کو تقویت فراہم کرنے کے لیے فعال بنانا چاہتے ہیں۔

آپ کچھ دیر تک کے لیے توقف کرتے ہیں اور مابعد درخت کے افعال ہوتے ہیں۔ درخت کے اندر کا ماحول گرم اور آرام دہ ہے۔ یہ سطح کے اس نرم رنگ سے ہلکا رہا ہے جس کی آپ کو خواہش تھی۔ یہ آرام دہ ہے اور آپ ہر رنگ کا گہرا سانس لیتے ہیں۔ یہ سکون فراہم کرتا ہے اور آپ کو ہر سکون داتا ہے۔

وسط میں ایک قربان گاہ ہے جس پر ایک ازلی اورابدی شعلہ جل رہا ہے۔ آپ کے ذہن میں اس جگہ کو بطور ایک عبادت گاہ دیکھنے کی یاد دہانی۔ شعلہ مستحکم ہوتا جاتا ہے اور مضبوط تر ہوتا جاتا ہے۔ قربان گاہ دو ستونوں پر قائم ہے۔ اس امر کی یاد دہانی کہ آپ اپنی زندگی میں توازن قائم کریں۔

قربان گاہ کے سامنے ایک نرم روشنی ہے جو منظر لاری ہے جسے اپنے نگارے جانے کے انتظار میں ہے۔ آپ کو شعلہ اپنی گاہ فرشتہ یاد آتا ہے جس تک آپ نے رسائی حاصل کرنی ہے۔ اپنے دماغ کی اس سطح کے ذریعہ۔ آپ سرگوشی کے اعجاز میں اس فرشتے کا نام لیتے ہیں۔ روشنی مضبوط تر ہوتی چلی جاتی ہے۔

آپ دوبارہ گاہ کا نام نکارتے ہیں۔ اس مرتبہ زیادہ پراعجاز واقعہ کے ساتھ۔ روشنی تبدیل ہوتی ہے اور رقص کرتی ہے اور شکل اختیار کرنا شروع کرتی ہے۔ آپ ایک بڑی شکل کی آکٹاگون دیکھنے کا آغاز کرتے ہیں۔

آپ تیسری مرتبہ مضبوطی کے ساتھ نام نکارتے ہیں، روشنی شعلاتی ہے۔ زیادہ چمکدار ہوتی ہے اور ماحول کرل میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ اب آپ کے سامنے عقیم الشان روشنی اور غلبہ سوری کا وجود کھڑا ہے۔ اس عقیم الشان وجود سے قربان کی کی شعاعیں گل رہی ہیں اور ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے اس کے پردوں نے عبادت گاہ کے تمام تر اندرونی حصے کو اپنے حصار میں لے رکھا ہو۔ یہ آپ کا چھوٹا ہے۔

قربان کے اوپر شعلہ مضبوط تر ہو جاتا ہے۔ زیادہ چمکدار اور روشن اور عبادت گاہ کو روشن کرتا ہے۔ عبادت گاہ کے رنگ دیرے کی مانند دیکھتے ہیں۔ آپ اپنے ذہن میں اپنے نام کی نگارہ بنے ہیں۔ آپ اس حیران کن فرشتے کے سامنے اپنی آنکھیں اوپر اٹھاتے ہیں۔ آپ بہت رہ جاتے ہیں۔ فرشتے کی آنکھیں اس قدر قوت اور غیر مشروط محبت کے ساتھ لبریز ہیں۔ آپ پہلے حیران اور نا آشنا ہوتے ہیں۔ آپ جلدی اپنے جسم کو پہچاننا شروع کرتے ہیں۔ اندر سے آپ کو دکھایا جا رہا ہے کہ مسئلہ کہاں پر واقع ہے اور یہ کیسے جسم کے دیگر اعضاء اور نظاموں کو متاثر کرتا ہے۔

آپ آواز میں سننا شروع کرتے ہیں۔ اپنی آواز۔ اور دوسروں کی آوازیں۔ آپ اپنے اور دوسروں کے جذبات اور فنی رویے دیکھنے کا آغاز کرتے ہیں جو آپ کی صورت حال پر اثر انداز ہوتے ہیں۔

جوں ہی یہ عکس زائل ہوتے ہیں۔ فرشتہ آگے کی جانب قدم بڑھاتا ہے۔ قربان کی کے پر ہوا کو اپنے چمکدار رنگوں سے بھرتے ہیں۔ آپ اس سے بغل گیر ہو جاتے ہیں اور آپ کے سر پر ایک بوسہ (kiss) دیا جاتا ہے۔ آپ کے جسم اور دماغ میں خوشی کی لہر دوڑ جاتی ہے۔ آپ اپنے آپ کو عبادت گاہ کے رنگوں کے ساتھ بھرتا ہوا دیکھتے اور محسوس کرتے ہیں۔ آپ اپنے آپ کو کامل توازن کی حالت میں دیکھتے اور محسوس کرتے ہیں۔ آپ خوشی اور قربان کی کے ساتھ لبریز ہیں۔

جو بھی وہ عقیم وجود پیچھے کی جانب قدم اٹھاتا ہے۔ آپ دیکھتے ہیں کہ عبادت گاہ رنگ کی زیادہ شدت کے ساتھ لبریز

گئی ہے۔ یہ آپ کے لیے اشارہ ہے آپ کو لالہ وجودت اور قربان کی دستیاب ہے۔ آپ آنکھی کے ساتھ اپنے دل اور دماغ کے ساتھ اس وجود تک پہنچتے ہیں اور اسے چھونے اور اس شاعرانہ خلق کا شکر یہ ادا کرنے کی جرات کرتے ہیں۔ ایک مختصر لمحے کے لیے۔ آپ اپنے آپ کو اس وجود کے ساتھ ایک محسوس کرتے ہیں اور آپ یہ محسوس کرتے ہیں کہ آپ کی محبت میں بہتری کا مکمل جاری رہے گا۔ سینکڑہ سینکڑہ اور دن بہ دن آپ کی محبت بہتر ہوتی رہے گی فرشتہ قربان گاہ کے پیچھے دایمگی کے لیے قدم اٹھاتا ہے اور منہ سے غاب ہو جاتا ہے۔ جب فرشتہ چلا جاتا ہے۔ قربان گاہ دوبارہ مکمل طور پر دکھائی دینے لگتی ہے۔ اس کے اوپر روشنی اب زیادہ چمکدار محسوس ہوتی ہے۔ جوں ہی آپ یہ اندرونی عبادت گاہ اپنے آپ کو توازن اور تقویت فراہم کرنے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔ اندرونی لپ آپ کے اندر زیادہ چمکدار اور روشن ہوں گے۔

آپ اس اندرونی عبادت گاہ کی قربان کی میں گہرا سانس لیتے ہیں۔ اپنے آپ کو مضبوط تجربہ محبت سے ہمکنار پاتے ہیں۔ آپ محبت مند اور توازن سے ہمکنار ہیں اور یہی

باب نمبر 10

چار دنیاؤں کے رنگ

جیسا کہ ہم بیان کر چکے ہیں۔ انسانی جو ہر جنس جسمانی توانائیوں اور پراس پر ہی مشتمل نہیں ہے بلکہ اس سے بڑھ کر ہے۔ ہم جسمانی سطح سے بڑھ کر آہٹ کرتے ہیں۔ ہماری جذباتی..... ذہنی اور روحانی حالتیں ہمارے جسمانی وجود کے ساتھ منسلک ہیں۔

انسانی ذہن ہماری چاروں سطحوں کے ساتھ جڑا ہوا ہے۔ ہمیں یہ یاد رکھنا چاہیے کہ اگرچہ ہمارا ذہن ہمارے دماغ میں واقع نہیں ہے۔ لیکن ذہن اور دماغ کے درمیان قریبی رابطہ موجود ہے۔ لیکن ذہن ہمارے شعور کی اشیت ہے۔

تحت اشعوری دماغ کی مختلف سطحات نہ صرف جسمانی جسم کی کارگزاریوں پر اثر انداز ہوتی ہیں بلکہ وہ شعور کو دیگر سطحوں تک رسائی حاصل کرنے میں بھی ہماری معاون ثابت ہوتی ہیں۔ وہ ہماری جذباتی..... ذہنی..... اور روحانی حالتوں کو انتظام بخشتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ شفا یابی کے حصول کے لیے مریض ہمیشہ جسمانی مسئلے کے علاوہ مابعد الطبیعیاتی وجوہات کی جانب بھی دیکھتا ہے۔

دماغ کے ساتھ کام کرنے کا کریمیکے کا عمل تمام سطحات پر اثر انداز ہوتا ہے۔ جسمانی..... جذباتی..... ذہنی..... اور روحانی..... یہ متوازن صحت قائم کرنے کی کلید ہے اور اس کے حصول کو رنگ کی شفا یابی کی مہارتوں کے ذریعے ممکن بنایا جاسکتا ہے۔ بالخصوص جب رنگوں کا قبلہ رنگ (QABALISTIC) نظام استعمال کیا جا رہا ہو۔

سابقہ باب میں ہم نے جنس ایک بنیادی رنگ کا تذکرہ کیا تھا..... تحت اشعوری دماغ کی مختلف سطحات کو فعال بنانے کے لیے جس کا تصور زندگی کے درخت سے کیا گیا تھا۔ اس

وہ کچھ ہے جو آپ نے زندگی کے درخت سے طبعی دنیا میں منتقل کیا ہے۔

جوں ہی آپ درخت سے باہر قدم نکالتے ہیں۔ آپ حیران ہوتے ہیں۔ گرے آسمان رخصت ہو چکے ہیں۔ بنبرہ زار سورج کی روشنی سے بھرا ہوا ہے اور سورج گرماش فراہم کر رہا ہے۔ بنبرہ زار کے پھول مکمل طور پر شاداب اور رنگوں سے بھرے ہوئے ہیں۔ پورے کا پورا بنبرہ زار ایسے دکھائی دیتا ہے جیسے وہ تو کس قورج کے ہر ایک رنگ میں نہایا ہو۔

آپ پیچھے مڑ کر دوبارہ درخت کی جانب دیکھتے ہیں۔ اب یہ کھلایا ہوا نہیں ہے۔ یہ مضبوط ہے..... راز قد ہے..... اور مجسم رہا ہے۔ یہ نئے گھنوں اور چمکدار بنبرہ چڑا کے ساتھ بھرا ہوا ہے۔

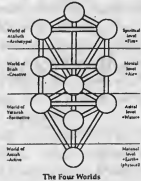
آپ تازہ ہوا میں سانس لیتے ہیں۔ بنبرہ زار کا تصور آپ کے دل اور دماغ کو بھر دیتا ہے۔ آپ جانتے ہیں کہ آپ کی صحت کی حالت کی بحالی کا کس ہے۔ یہ وہی کچھ ہے جسے آپ نے پیدا کیا ہے اور تخلیق کیا ہے اور جسے آپ اپنے ساتھ اپنے موجودہ ماحول میں لے جا رہے ہیں۔ آپ نے تحت اشعور کو گھر تک دلا نا سیکھا ہے۔ صحت کا تحفظ تخلیق کرنے کے لیے۔

☆☆☆

رنگ نے تحت اشعور کے تصور کو اس طور تحریک دلائی تھی جس نے ہمیں اس فرشتے کی شفا یابی سے ہمکنار کروایا تھا جو ہمارے ارد گرد موجود ہے۔

دیگر رنگ بھی موجود ہیں جو زندگی کے درخت کی دس سطحات میں سے ہر ایک سطح کے ساتھ وابستہ ہیں۔ روحانی طور پر زندگی کا درخت چار دنیاؤں میں منقسم ہے۔ یہ چار دنیاؤں جسمانی..... جذباتی..... ذہنی..... اور روحانی دنیاؤں پر مشتمل ہیں۔ چار دنیاؤں کی تصویر اس پراسک کی جانب دیکھنے کے ایک طریقے کا اظہار کرتی ہے۔ اس تصویر میں..... تحت اشعور کی مختلف سطحات مختلف توانائیوں تک ہماری درستی تک نہیں جاتی ہیں۔

چار دنیاؤں

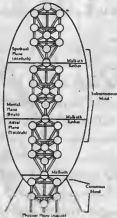


یہ کیسے روپ مل ہوتا ہے اس کی صحیح تصویر بھی ”زندگی کا درخت چار دنیاؤں میں“ کی تصویر سے ہوتی ہے۔ اس تصویر میں..... تحت اشعور کی دس سطحات میں سے ہر ایک سطح چاروں سطحات پر روپ مل ہوتی دیکھی جاسکتی ہے۔ ہر ایک اپنے اندر ایک سطح کی حامل ہے

جو جسمانی..... جذباتی..... ذہنی..... اور روحانی پہلوؤں کو متاثر کرتی ہے۔ مثال کے طور پر تحت اشعور کی دماغ کی سطح جو ملکوتہ (MALKUTH) کہلاتی ہے، وہ اپنے اندر چار کشتیں سموئی ہوئی دیکھی جاسکتی ہے۔ ہر ایک سمت میں صرف مخصوص جسمانی..... جذباتی..... ذہنی..... اور روحانی صورت حال پراثر انداز ہو رہی ہے بلکہ اثر اندازی قبول بھی کر رہی ہے اور یہی کچھ دیگر سطحات کے ضمن میں بھی درست ہے۔

چار مخصوص رنگ بھی ہر ایک سطح کے ساتھ منسلک ہیں۔ ہم تمام تر چاروں رنگ جسمانی صورت حال اور ان کی باہمی الحاحیاتی وجوہات پراثر انداز ہونے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔

زندگی کا درخت تمام تر چاروں دنیاؤں میں



ہم جذباتی..... ذہنی..... اور روحانی عدم توازن کو دور کرنے کے لیے ان رنگوں کو

فہ ہار تھ (TIPHARETH)	چندر دوز	زرد	نارنگی (SALMON)	عمر (FIVEER)
نٹ زچ (NETZACH)	عمر	زمردی (EMERALD)	زرد۔ سبز	زیتونی ہمراہ سنہری
ہود (HOD)	بنگشی اورغوانی	اورنج	سیب جیہا سرخ	زرد۔ براکون
یاسود (yasod)	INDIGO	بنگشی	گہرا اورغوانی	Citrine with Azure
مکوت (MALKUTH)	زرد	سیاہ۔ زیتونی	سیاہ۔ زیتونی	سیاہ زرد
		سیب جیہا سرخ اور سٹرائٹ (Citrine)	سیب جیہا سرخ اور سٹرائٹ ہمراہ سنہری	

جسمانی صورت حال کو دیکھ کر کہتی ہے جو یاسود (YESOD) کے زیر اثر ہے۔

کیا آپ حال ہی میں جنسی مسائل کا شکار رہے ہیں؟

کیا آپ غرور و تکبر کا مظاہرہ کرتے رہے ہیں؟

کیا غور فرائی اور غور بنی حال ہی میں آپ کا مسئلہ رہا ہے۔

اگر آپ غیر جسمانی حالت کی شناخت نہ کر سکیں جو اس صورت حال کا باعث بنی ہو تب آپ کے لیے بہتر ہوگا کہ آپ سب کے لیے مکمل ٹکراؤ تکمیل استعمال کریں۔ اس طرح

تمام سطحات پر توازن قائم ہوگا۔

اس کے برعکس بھی علامت ہے۔ اگر آپ شناخت کر سکتے ہوں کہ آپ نے کتنی جذبات اور ذہنی رویوں (غیر جسمانی حالتیں) کا تجربہ کیا ہے۔ یہ شناخت کرنا آسان ہے کہ جسمانی مسئلہ کہاں پر ظہور پذیر ہوا ہے۔ جب ہم باقاعدگی کی بنیاد پر رنگ استعمال کر سکتے ہیں، شخص کی گئی سطح کو پہانے کے لیے کہ وہ کہیں اس قدر عدم توازن کا شکار نہ ہو جائے کہ کسی جسمانی مسئلے کے وقوع پذیر ہونے کا باعث بن جائے۔

ملکوت (MALKUTH) :

ملکوت محض غیر جسمانی حالتوں سے بری طرح متاثر ہوتا ہے۔ ان میں سستی۔ لالچ اور طمع وغیرہ شامل ہے۔ غیر قطب زدہ ہے۔ بے احتیاطی۔ عاقبت پامالہ بنی۔ جارحیت اور فہم و فراست کی کمی تحت اشعوری سطح پر مسائل کی وجہ بن سکتی ہے یا مسائل کی عکاسی کر سکتی ہے اور یہ ساتھ باپ میں زیر بحث لانے گئے امیاریاں میں جسمانی مسائل کا باعث بن سکتی ہے۔ جسمانی کارگزاری میں کمی اور اپنی منصوبہ بندی پر عمل نہ کرنا بھی دماغ کی سطح پر عدم توازن تخلیق کرنے کا باعث بن سکتا ہے۔

یاسود (YASOD) :

طبعی جسمانی کارگزاریاں غیر جسمانی حالتوں سے بری طرح متاثر ہو سکتی ہیں، ان میں سستی۔ کوئی بھی جذباتی دباؤ یا عدم توازن..... جنسی مسائل وغیرہ شامل ہیں۔ اعتماد میں کمی اس امر کی عکاسی کر سکتی ہے کہ دماغ کی اس سطح پر تمام ٹکراؤ تکمیل کے ساتھ کام کرنے کی ضرورت ہے۔

صود (HOD) :

جسمانی کارگزاریاں کو دفریب..... دھوکہ دہی..... اور بے ایمانی سے بری طرح متاثر ہو سکتی ہیں۔ بے مبری اور تمہائی بھی جسمانی مسائل کے ساتھ وقوع پذیر ہو سکتی ہے

..... جسم کی ان کارگزاریوں میں جنہیں تحت اشعوری دماغ کی یہ سبب کنٹرول کرتی ہے۔ کلام میں مشکلات اور ابلاغ میں مشکلات اور غیر عملی رویہ کسی قسم کے رنگ کے توازن کی عکاسی کر سکتا ہے۔

نٹ زنج NETZACH :

خواہش نفسانی اور آلودگی ہمراہ زیادہ جذباتی بین دماغ کی اس سبب میں عدم توازن تخلیق کر سکتا ہے اور جسمانی کارگزاریوں کو متاثر کر سکتا ہے۔ حسد اور شکست خوردگی کلریٹلنگ (رنگ کے توازن) کی اس سبب کی فور۔ فولڈ اسکیم کے تحت ضرورت کی عکاسی کر سکتی ہے۔ غیر سماجی رویہ اور جذبات پر کنٹرول کرنے میں ناکامی بھی عدم توازن کی وجہ بن سکتی ہے یا عدم توازن کی عکاسی کر سکتی ہے۔

ٹپ ہار-تھ (TIPHARE TH) :

کئی ایک غیر جسمانی حالتوں کا تجربہ جسم کی جسمانی کارگزاریوں کو بری طرح متاثر کر سکتا ہے۔ غصہ بے حد نقصان دہ ہے اور عدم تحفظ اور جھوٹا غرور و تکبر بھی اسی طرح بے حد نقصان ہے۔ اشعوری اور مادی کی بھی اس امر کی عکاسی کرتی ہے کہ اس سبب کی تمام تر کلر اسکیم کے ساتھ کام کرنے کی ضرورت ہے۔ کئی ایک چیزوں کے بارے میں مایوسی اکثر اس امر کی عکاسی کرتی ہے کہ تحت اشعوری دماغ کی اس سبب کے علاج اور توازن کی ضرورت ہے۔

جی بورا (GEBURAH) :

یہ وہ سبب جس کی یہ آسانی شافقت کی جا سکتی ہے کہ اسے علاج معالجے کی ضرورت ہے۔ اسے اشتعالی کی ضرورت ہے۔ دشمنی اور خوف اکثر عدم توازن کی جانب اشارہ کرتے ہیں اور جسم کے ان مقامات پر جسمانی مسائل کا باعث بن سکتے ہیں جو جی بورا سے فعال ہوتے ہیں۔ احتجاج پسند کارگزاریاں..... دلکش نساد..... بزدلی..... اور ہتھیار ڈالنے والا

روپیہ بھی مسائل تخلیق کر سکتا ہے۔ اعتماد کی کمی بھی عدم توازن تخلیق کر سکتی ہے۔ لہذا اشتعالیابی کی مکمل کلر اسکیم کی ضرورت ہوتی ہے۔

چیپسڈ (CHESD) :

چیپسڈ کے زیر کنٹرول جسمانی کارگزاریاں غیر جسمانی حالتوں سے بری طرح متاثر ہو سکتی ہیں، اس میں منافقت..... غفلت..... کجی..... اور زیادہ قدامت برستی وغیرہ شامل ہے۔ ایک ایسا فرد جو معمول کے اکتہار میں مست واقع ہوتا ہے یا غرور اور تمکین رہتا ہے وہ اس سبب کے جسمانی امیاز کے عدم توازن کا شکار ہو سکتا ہے۔ ایسی صورت حال میں فور۔ فولڈ کلر اسکیم توازن بحال کرنے میں معاون ثابت ہوگی۔

بیناہ (BINAH) :

تحت اشعوری یہ سبب بھی غیر جسمانی حالتوں سے متاثر ہو سکتی ہے جو حجاب میں جسم کی ان کارگزاریوں کو متاثر کریں گی جو اس سبب کے زیر کنٹرول ہیں۔ خوف اس سبب پر زیادہ تشویش کا باعث بن سکتا ہے بالخصوص اندام جبرے کا خوف یا مستقبل کا خوف وغیرہ۔ ایسی صورت میں تمام تر کلر اسکیم کے ساتھ کام کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر اعتماد میں کمی پائی جاتی ہے یا کچھ بوجھ اور صبر و تحمل کا فقدان پایا جاتا ہے..... تب وہ مسائل وقوع پذیر ہو سکتے ہیں جو تمام تر کلر اسکیم کے استعمال سے دور کیے جا سکتے ہیں۔

چوکما (CHOKMA) :

کئی ایک غیر جسمانی حالتیں تحت اشعوری دماغ کی اس سبب کی مناسب کارگزاری میں مداخلت کا باعث بن سکتی ہیں اور بالحد یہ ان جسمانی کارگزاریوں کو متاثر کر سکتی ہیں جو اس سبب کے زیر کنٹرول ہیں اور عدم توازن کی عکاسی کر سکتی ہیں۔ ان مسائل کو دور کرنے کے لیے فور۔ فولڈ کلر اسکیم کے استعمال کی ضرورت درپیش ہوتی ہے۔

کیتھر KETHER :

منفی ذاتی عکس۔ قوت تخلیق کی کمی۔ اور ذہنی کام کی جانب جوش قدی کرنے کی نااہلی تحت اشعوری و دماغ کی اس سطح میں مسائل تخلیق کر سکتی ہے اور مابعد اس سطح کے زیر کنٹرول جسمانی امیر یا عجزی مسائل کا فکاہ کر سکتے ہیں۔ ہمیشہ ہمدردی کا غالب رہتا۔ شرم محسوس کرتا۔ پیار۔ محبت اور شفقت کی کمی اس سطح میں عدم توازن کی عکاسی کر سکتی ہے۔ تصوراتی دنیا میں کھوئے رہنے کا عمل بھی فور۔ فولڈنگوں کی اہمیت کے استعمال کی عکاسی کرتا ہے۔

فور۔ فولڈنگز اسکیم کے ساتھ علاج کی مہارتیں

ایک واحد رنگ کے مقابلے میں ہر ایک سطح کے لیے تمام تر چار رنگوں کے ساتھ کام کرنے کا عمل کسی قدر پیچیدہ عمل ہے۔ اول رنگوں کے کئی ایک مجموعوں کے لیے کلر سلائیڈز بنانا مشکل ہے اور مناسب رنگ اور رنگوں کے مناسب مجموعوں کی میم بنائیں تلاش کرنا بھی مشکل ہے۔ لیکن یہ مشکلات آپ کو ہر ایک سطح کے لیے تمام تر کٹر اسکیم پر کام کرنے سے روکنے کا باعث نہیں بنتی چاہے کیونکہ یہ ایک بڑی قوت علاج ہے اور شفا یابی کے بڑی قوت اثرات کا حامل ہے۔

درج ذیل میں بیان کردہ تمام تر چاروں طریقوں میں۔ یہ اسرا اچھائی موثر ثابت ہوگا آپ جسمانی سطح کے ساتھ منسلک رنگ (رنگوں) کے ساتھ کام کا آغاز کریں۔ اس کے بعد جوتھی کی جانب بڑھیں۔ اس کے بعد ذہنی کی جانب بڑھیں اور روحانی پر اختتام کریں (حوالے کے لیے چارٹ ملاحظہ ہو)

جسمانی علامات کا معائنہ کریں جن کے تجربے سے آپ دو چار ہو رہے ہیں اور اس باب میں اور آخری باب میں بیان کردہ معلومات استعمال کرتے ہوئے زندگی کے درخت کی اس سطح یا سطحات کی تشخیص کریں جسے آپ رنگ کے ساتھ تحریک بخشنا چاہتے ہیں۔ یہ فیصلہ کرنے کے بعد درج ذیل میں سے کسی ایک مہارت کا انتخاب کریں:

چاروں سطحوں میں سانس لینا

اپنے آپ پر کام کرنے کے بہترین طریقوں میں سے ایک طریقہ یہ ہے کہ آپ رنگدار سانس کی مہارت کے ذریعے آغاز کریں۔ ایک مرتبہ جب آپ یہ فیصلہ کر لیں کہ تحت اشعوری سطح کو آپ کچھ کر دینا کی ضرورت ہے۔ پہلے جوش کردہ چارٹ کو استعمال کریں اور چار رنگوں کی تشخیص کریں جو تمام سطحوں پر شفا یابی کے اثرات کے حامل ہوں۔

ہر ایک رنگ میں سانس لینے پر تین سے پانچ منٹ صرف کریں اور یہ تصور کریں کہ صورت احوال منظم ہو رہی ہے اور شفا سے ہمتا رہ رہی ہے جسمانی سمت سے آغاز کریں اور جوتھی سمت کی جانب جوش قدی کریں۔ اس کے بعد ذہنی سمت کا رخ کریں اور روحانی سمت پر اختتام کریں۔

سادہ رنگ پر ذہن نشین:

ہم پہلے ہی یہ پڑھ چکے ہیں اور سیکھ چکے ہیں کہ ہم کسی بھی فریکوئنسی پر اپنے ہاتھوں کے ذریعے رنگ پر ایکٹ کر سکتے ہیں جس پر ہم ذہنی طور پر فوکس کر رہے ہوتے ہیں۔ یہ مہارت اس وقت زیادہ کارگر ثابت ہوتی ہے جب ہم کسی اور پر کام انجام دے رہے ہوتے ہیں۔

اس شخص / مریض کو اس طور بتائیں کہ اس کی پشت آپ کی جانب ہو اور اس کی آنکھیں بند ہوں اور وہ پرسکون حالت کا فکاہ ہو۔ اپنے ہاتھ اس کے سر کے کاندھ سے 2 سے 3 انچ اوپر رکھیں۔ اگر آپ چاہیں کہ اس امر کو آرام دہ محسوس کریں تو آپ اپنے ہاتھ براہ راست اس کے سر پر رکھ سکتے ہیں۔

اپنے آپ کو بھی پرسکون بنائیں اور مناسب اعزاز سے سانس لینے ہوئے آغاز کریں۔ جوں ہی آپ سانس اندر کھینچیں۔ یہ محسوس کریں کہ آپ کے اپنے سر کی چوٹی سے توانائی آپ کے جسم کے اندر داخل ہو رہی ہے۔ اس توانائی کو جسمانی سطح کے رنگ کے

ساتھ شلک دیکھیں اور محسوس کریں۔ محسوس کریں کہ وہ باہر کی جانب پراجیکٹ ہونے کے لیے آپ کے ہاتھوں کی جانب حرکت کر رہی ہے۔

مناسب انداز سے سانس لینے کا مکمل جاری رکھیں۔ جو بھی آپ سانس خارج کریں۔ یہ دیکھیں اور محسوس کریں کہ آپ کے ہاتھوں سے توانائی نکل کر مریض کے سر میں اظہار ملی جا رہی ہے۔ اس سے اپنے جسم کو بھرتا ہوا دیکھیں۔ اس مخصوص صورت حال کو توازن سے ہٹا کر کرتے ہوئے۔ سکون پہنچاتے ہوئے۔ اور شفا عطا کرتے ہوئے دیکھیں جبکہ وہ مریض کے تحت اشعوری دماغ کی اس سطح کو تھوکتے پہنچا رہی ہے۔ یہ عمل تین تا چار منٹ یا اس وقت تک جاری رکھیں جب تک آپ سب کو محسوس کرتے رہیں۔

اب اپنے ہاتھ اور کھینچ لیں اور ان کو تھوڑی دیر تک بائیں تاکہ توانائی کا طیف بیکٹر ہو سکے۔ جوں ہی مناسب سانس لینے کے عمل کا دوبارہ آغاز کریں۔ آپ اپنے آپ کو جوتی سطح کی رنگ دار توانائی سے بھرتا ہوا دیکھیں اور محسوس کریں اور اپنے آپ کو اس توانائی سے مریض کے دھڑا دھڑا ہوا دیکھیں اور محسوس کریں۔

بیکہ طریقہ کار روشنی اور روحانی پہلوؤں کے لیے بھی دہرائیں۔ آپ تحت اشعوری اس مخصوص سطح کی تمام تر چاروں سمتوں کو چھوڑ چکے ہیں۔ آپ کا کام جسمانی اور باطنی اطبعیاتی عدم توازن کو دور کرنے میں کارگر ثابت ہوا ہے۔

تمام تر سمتوں پر موم بتی سے علاج

ہم قبائل (QABALA) کے لیے موم بتی سے علاج کی مہارت استعمال کر سکتے ہیں۔ ان رنگین موم بتیوں کی درمیانی تلاش کرنے کے لیے کسی قدر مدد کا ش ضرور کرنا ہوگی جن کی ضرورت آپ کو پوری ہے۔ سطح کی جسمانی سمت کے لیے آپ کو ایک سے زائد رنگ کی موم بتیوں کی ضرورت نہیں ہوگی۔

مثال کے طور پر تحت اشعوری سطح نمکوت (MALKUTH) کی جسمانی سمت کے لیے سیاہ۔ زرد ہے۔ آپ محض زرد رنگ کی موم بتی استعمال کر سکتے ہیں اور یہ موثر ثابت

ہوگی۔

موم بتیان اٹھکی کرنے کے بعد فرض پہنچ جائیں یا لیٹ جائیں۔ جسمانی سمت کے رنگ کی موم بتی اپنے سامنے رکھیں اور روحانی سمت کے لیے موم بتی اپنے پیچھے رکھیں۔ اپنی ایک سائڈ پر جوتی رنگ کی موم بتی رکھیں اور دوسری سائڈ پر روشنی رنگ کی موم بتی رکھیں۔

محض جسمانی موم بتی روشن کرتے ہوئے آغاز کریں۔ دیکھیں اور محسوس کریں کہ توانائی ماحول کو روشن کر رہی ہے اور جسم میں جذب ہو رہی ہے اور توازن بحال کر رہی ہے۔ اس کے بعد جوتی موم بتی روشن کریں اور بیماری کی جذباتی وجوہات اور بیماری کے اثرات کو توازن سے ہٹا کر ہوتا ہوا دیکھیں اور محسوس کریں۔ اس کے بعد روشنی موم بتی روشن کریں اور ان جوتی رویوں کا تصور کریں اور مسئلے کو حل ہوتے ہوئے اور شفا پائی سے ہٹا کر ہوتے ہوئے دیکھیں اور محسوس کریں اور آخر میں روحانی سمت کی موم بتی روشنی کریں۔ اس سطح کے لیے جس پر آپ کام کر رہے ہیں۔ اسے دوسروں کے اثرات کو تھوکتے پہنچاتے ہوئے دیکھیں اور اپنے توانائی کے تمام تر نظام کو تھوکتے فراہم کرتے ہوئے دیکھیں۔

ہر ایک موم بتی پر تین سے پانچ منٹ نوکس کریں۔ یہ طبعیاتی کی بے قوت مہارت ہے اور قابل ذکر اس کے تجربے کے لیے اس قسم کے تین علاج اسے دہرا کر ہوتے ہیں اور ہر اسے سے قلم کرنا کم از کم بارہ محسوس تک انتظار کریں۔

زندگی کے درخت کی بیداری:

اس مہارت کو کئی طریقہ پر مدد حاصل ہونے کے لیے کسی قدر زیادہ وقت درکار ہوتا ہے۔ آپ اسے اپنے لیے تصور اور سانس لینے کے مناسب انداز کے ذریعے بروئے کار لائیں گے ہیں۔ اسے کسی دوسرے مریض شخص پر بھی آزمایا جاسکتا ہے۔ اس مہارت کو اس وقت تک بروئے کار نہیں لانا چاہیے حتیٰ کہ آپ مناسب انداز سے سانس لینے کے قوسیقی دورانیہ پر قادر کرنے کے بارے میں نہ سمجھ لیں۔

مریض کو لائیں۔ اس کا چہرہ اور ہر کی جانب ہونا چاہیے۔ توانائی کی قبیر کے لیے

مناسب انداز سے سانس لینے کے عمل سے آغاز کریں۔ اپنے ہاتھ سر کے کراؤں پر رکھتے ہوئے آغاز کریں۔ یہ کیتر (KETHER) ہے..... زندگی کے درخت کی چوٹی۔ یہ دیکھیں اور محسوس کریں کہ آپ کے ہاتھوں سے توانائی جسم کے اس مقام میں داخل ہو رہی ہے۔ جسمانی سمت کے لیے رنگ سے آغاز کریں۔ اس کے اندر چوٹی..... فانی..... اور روحانی کی جانب پھیل رہی کریں۔

جب آپ کیتر کے لیے تمام رنگوں پر کام کر چکیں۔ اپنے ہاتھوں کو چرے کے بائیں جانب نیچے کی جانب حرکت دیں اور چوکا (CHOKMAH) کے لیے رنگ روانہ کرنے سے آغاز کریں۔ اس کے بعد دوسری کچھ چوکا (BINAH) اور دیگر تمام کے لیے بھی کریں۔ نیچے پاؤں کی جانب (ملکوت MALKUTH) تک۔ فانی پر عنوان زندگی کے درخت کی بیداری ملاحظہ ہو۔ یہ راستہ جسم کے ذریعے توانائی کی پہچتا ہے جبکہ تحت اشعوری دماغ کی تمام

زندگی کے درخت کی بیداری



چلتی ہوئی تلواریں (FLAMING SWORD) کے اس قد بھراتے کے ذریعے

توانائی روانہ کرتے ہوئے..... آپ پر قوت انداز سے چھٹی قوت کو فعال بنا سکتے ہیں۔ آپ اسے جسم کے ذریعے نیچے پہنچتے ہیں۔ تمام نظاموں اور توانائی کی تمام تر سلطنت کو متاثر کرتے ہوئے۔

☆☆☆

سلطنت کو فعال بنانا ہے۔ یہ سب کچھ روکنا ہونے میں کچھ تاخیر درکار ہوتی ہے..... لیکن یہ شطابی کی تجدید کے لیے انتہائی موثر ثابت ہوتا ہے۔

سو مندرجہ ذیل یہ ہے کہ اس نام نہاد ”چلتی ہوئی تلواریں“ کے ساتھ چوٹی سیچہ تک چار رنگا گزریں (PASSES) بنائی جائیں۔ ہر ایک سطح کے لیے جسمانی سمت کے تمام تر رنگ استعمال کرتے ہوئے آغاز کریں۔ جب واپس چوٹی سے آغاز کریں اور تمام تر چوٹی رنگوں کو استعمال کریں، اس کے بعد فانی اور جسمانی رنگوں کو استعمال کریں اور بھی کچھ ہر سطح کے لیے انجام دیں۔

جب اس انداز سے آپ کسی سطح پر کام کر رہے ہوں گے آپ نمایاں فرق دیکھیں گے اور محسوس کریں گے۔ آپ کی توانائی کی تعمیر ہوگی جبکہ آپ دوسرے شخص / مریض کی توانائیوں اور توانائی کی تعمیر میں معاونت انجام دے رہے ہوں گے۔ آپ اپنی توانائی کے فیڈلے کے اندر بھی زندگی کے تمام تر درخت کی تعمیر انجام دے رہے ہوں گے اور اسے تقویت فراہم کر رہے ہوں گے۔ یہ تک (AURA) کے اندر مضبوط اور قشر (VIBRANT) رہتا ہے اور یہ ہمیں عدم توازن سے محفوظ رکھتا ہے۔ یہ شطابی کا حیران کن ٹاک ہے بشرطیکہ اسے باقاعدگی کی بنیاد پر استعمال کیا جائے۔

مہک (AURA) کے اندر زندگی کا درخت

جب شفا یابی کے ذریعے مہک میں زندگی کے درخت کی تعمیر انجام پاتی ہے۔ مہک بے رنگ..... شفاف طور پر اور ارتعاش کے ساتھ مہک چمکے لگتی ہے۔



☆☆☆

باب نمبر 11

رنگ سے شفا یابی کے مینڈالا

(MANDALA)

انسانی تاریخ کے دوران اظہار کے لیے..... شفا کے لیے..... روشنی اور تابی کے لیے رنگوں کا استعمال کئی طریقوں سے کیا جاتا رہا ہے۔ یہ مقدس آرٹ کا ایک لازمی پہلو تھا۔ مقدس آرنٹ ان ڈیزائنوں کی تخلیق کے لیے رنگ استعمال کرتا تھا جو حقت اشعور کو وسعت دیتے تھے۔ اس امر پر یقین رکھا جاتا تھا کہ رنگ ہر دنی آنکھوں کو تر یک بخشنے تھے اور اس طور تر یک بخشنے تھے کہ وہ اندرونی آنکھوں کو بیدار کرتے تھے۔

مینڈالا (MANDALA) مقدس آرٹ کی ایک عام جانی پہچانی قسم ہے۔ یہ دماغ کو نوکس کرنے کا اھمیا رہے۔ ایک مینڈالا ایک مخصوص سوچ یا نظریے کے جوہر اور ح کا حامل ہوتا ہے۔ اس کے ڈیزائن اور گراںیم کے ذریعے..... یہ حقت اشعور کو گہر پر انداز میں اس نظریے کی جانب کھینچتا ہے۔ یہ اتحاد قائم کرتا ہے کیونکہ بیماری یا علالت جسم کے اس اتحاد کی کھست و ریخت کی عکاسی کرتی ہے۔ رنگ سے شفا یابی کے عمل میں مینڈالا ایک پُر حقت اھمیا ر ثابت ہو سکتا ہے۔

شرقی فلسفے میں..... مینڈالے (MANDALAS) عام طور پر بطور یا ستر (YANTRA) جانے پہچانے جاتے ہیں۔ قدیم امریکی روایات میں وہ بطور میڈیکل شیڈز جانے پہچانے جاتے ہیں۔ وہ مخصوص اثرات کو ظاہر کرنے کے لیے جیو میٹرکلی نمونوں..... رنگوں اور ڈیزائنوں کا کچر ہو سکتے ہیں۔ ہمارے مقاصد کے لیے اصلاح

میٹز الایس اس کی تمام تر اقسام شامل ہوں گی۔

میٹز الے اندرونی تخلیقی قوتوں کو اس طور پر تحریک دلاتے ہیں جو ان کے ڈیزائن کے ساتھ مخصوص ہوتی ہیں۔ کسی بھی اندرونی قوت یا خواہش کی بیداری کے لیے ان کی تیسری جاسکتی ہے۔ وہ استحکام اور تبدیلی کی علامات ہوتی ہیں۔ ہماری ذات کے ساتھ مل اور باہمی عمل کی ایک قسم ہوتے ہیں۔

میٹز الے ان اندرونی ذرائع کو تحریک بخشتے ہیں جو ذہن کی گہری سطحات پر نقش ہوتے ہیں۔..... مشمول اپنی شفا یابی کے اندرونی ذرائع۔ وہ وقتی بنیادیں ہیں..... اور ہمیں اپنے گمشدہ حصوں کے ساتھ خشک کرنے میں ہماری معاونت کرتے ہیں۔ شفا یابی کے میٹز الے ان نظاموں اور رنگوں کے ساتھ تخلیق کیے جاتے ہیں جو جسامتی یا لطیف سطحات پر ہماری توانائی میں تبدیلی تحقیق کرتے ہیں۔ تمام رنگ..... تمام علامات..... اور تمام جیو میٹرک افعال ہمارے الیکٹرو میگنیٹک فیلڈ کو تبدیل کرتی ہیں۔ باب نمبر 8 میں ہم نے یہ بیان کیا تھا کہ کیسے کئی ایک جیو میٹرک افعال موسم بقیوں کے آلے آؤٹ میں استعمال کی جاتی ہیں تاکہ شفا یابی کے اثرات کو بڑھانا ممکن ہو سکے۔ میٹز الے تیسرے کرتے ہوئے بھی ہم وہی کچھ انجام دے رہے ہیں۔

شفا یابی کے تمام تر میٹز الے اس وقت بہترین کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہیں جب ہم ذاتی طور پر انہیں بناتے ہیں۔ آپ ان کی کئی ایک علامات کی نمائندگی کے بارے میں جس قدر زیادہ جانیں گے۔ آپ اسی قدر زیادہ ان کے اثرات کی اثر پذیری سے مستفید ہوں گے۔ میٹز الے تیسرے کرتے ہیں۔ رنگدار بنانا بھی بذات خود شفا یابی کا ایک عمل ہے۔ یہ چارج سنبالنے کا عمل ہے۔..... اپنی صحت کی دوسری سنبالنے کا عمل ہے۔ آرٹ تھراپی کی روح مقدس آرٹ کس قدر ہم نظر ہے کے ساتھ بندھی ہوئی ہے۔

شفا یابی کے میٹز الے تخلیق کرنے کے کئی ایک طریقے موجود ہیں۔ یہ کتاب ان تمام طریقوں کو بیان کرنے سے قاصر ہے۔ ہم محض مادہ میٹز الے ڈیزائنوں پر فوکس کریں گے اور آپ کو اپنی صحت پر اثرات مثبت کرنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔ اپنے آپ کو ان

علامات اور ڈیزائنوں تک ہی محدود نہ کریں جو اس باقی ماندہ باب میں بیان کیے گئے ہیں۔ یہ محض آپ کی رہنمائی کے لیے پیش کیے گئے ہیں تاکہ آپ شفا یابی کا اپنا آرٹ تخلیق کرنے کے لیے آغاز کر سکیں۔

رنگدار پہیہ تخلیق کرنا

رنگدار پہیہ ایک ایسا ہتھیار ہے جو آپ کو رنگوں کے بارے میں اور ان کی شفا یابی کے پہلوؤں کے بارے میں زیادہ احساس بنانے میں آپ کا معاون ثابت ہوتا ہے۔ چونکہ آپ رنگوں کی مکمل قوس قزح کے ساتھ کام کر رہے ہیں۔ آپ محض اسے تیسرے کرتے ہوئے اپنے آپ کو توازن اور شفا سے ہمکنار کر سکتے ہیں۔ اپنے لیے رنگدار پہیہ تخلیق کرنا بہت آسان ہے۔

رنگدار پہیوں کی تخلیق

- (1) تقریباً 1756 ڈیگری قطر کا حامل ایک دائرہ کھینچیں۔
- (2) پرنٹرنگ کا استعمال کرتے ہوئے..... ہر ایک 30 درجہ پر ایک پوائنٹ لگائیں اور اس طرح دائرے کو 12 مساوی حصوں میں تقسیم کریں (آپ محض بارہ حصوں تک محدود نہیں ہو سکتے۔ آپ 7 یا 4 حصے یا جس قدر حصے چاہیں بنا سکتے ہیں)
- (3) رنگ دار غلطیں..... پینٹ یا مارکر استعمال کرتے ہوئے ہر ایک حصے میں رنگ بھریں۔ سرخ رنگ سے آغاز کریں اور باقی رنگ بھرے ہوئے قطعی رنگ تک جانچیں۔ آپ رنگ بھرنے سے اسی طرح لطف اندوز ہوں گے جس طرح ایک بچہ لطف اندوز ہوتا ہے۔
- (4) یہ نوٹ کریں کہ جب آپ ہر ایک حصے میں رنگ بھر رہے ہیں اس وقت کیا محسوس کرتے ہیں۔ کیا آپ کچھ رنگوں کی جانب زیادہ کھینچے ہوئے جاتے ہیں اور دیگر رنگوں

کی جانب زیادہ دیکھتے چلتے نہیں جاتے؟ ہر ایک رنگ کی یاد دکھائی دیتا ہے جب آپ اس کے بعد ایک دوسرا رنگ مجھرتے ہیں؟ کیا کچھ رنگ دیگر رنگوں کی نسبت آپ کو بہتر محسوس ہوتے ہیں۔ کیا آپ رنگوں کے کچھ شیدوں سے دیگر شیدوں کی نسبت زیادہ لطف اندوز ہوتے ہیں؟ یہ تمام تر سوالات یہ نشاندہی کریں گے کہ آپ کی موجودہ صحت کے لیے کون سے رنگ سودمند ہیں۔

(5) اب ایک اور سنگدار پتھر تخلیق کریں۔ لیکن اس خراب (ARC) کو تبدیل کر دیں جو ہر ایک حصے کے بیرونی حید کی نمائندگی کرتی ہے۔ اسے ہیرے کی شکل عطا کریں۔ جوں ہی آپ اس پتھر میں رنگ مجھرتے ہیں آپ رنگوں کے بارے میں اس تبدیل کی کیا محسوس کرتے ہیں؟



شفایابی کے میڈالے تخلیق کرنا

وہ میڈالے جو شفایابی کے لیے انتہائی موثر ثابت ہوتے ہیں وہ ایسے میڈالے ہیں

جو آپ ذاتی طور پر بناتے ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہے آپ ان اثرات کے مطابق رنگ منتخب کرتے ہیں جن کو ٹریک دلانے کی آپ خواہش رکھتے ہیں۔ آپ اپنے مقصد کے تین مطابق ڈیزائن اور علامات منتخب کرتے ہیں۔ پہلے ہی یہ شخص انجام دے لیں کہ میڈالے کو کس مقصد کی تخلیق کرنی ہے۔

جب بھی کوئی مسئلہ سر اٹھاتا ہے آپ ہر مرتبہ ایک نیا میڈالہ بنا سکتے ہیں۔ جب آپ ہر مرتبہ نیا میڈالہ بناتے ہیں..... یہ آپ کو ایک حقیقی اور پوسرٹ عمل میں ملوث کرتا ہے..... اور یہ عمل بذات خود شفایابی کا حامل ہے۔

آپ میڈالہ کی تعمیر کرتے وقت میڈالہ کے مقصد کو ضرور ذہن میں رکھیں۔ آپ رنگوں..... علامات..... اور ڈیزائنوں کو جس قدر اہمیت دیں گے..... وہ آپ کے لیے اسی قدر زیادہ کام کریں گے۔

میڈالے کسی بھی میٹرل سے بنائے جاسکتے ہیں۔ سادہ پوسٹر بورڈ سستا ہوتا ہے اور اس کے ساتھ کام کرنا بھی آسان ہوتا ہے۔ اسے اس قدر بڑا بنائیں کہ آپ اس کے تمام پہلوؤں کو دیکھ سکیں۔

شفایابی کے میڈالے اس وقت زیادہ موثر ثابت ہوتے ہیں جب انہیں گولائی کی شکل میں بنایا جاتا ہے۔ ہم اس دائرے کے اندر جو میٹری کی دیگر اشکال بھی استعمال کر سکتے ہیں..... لیکن دائرہ اتحاد اور کل کی علامت ہے اور یہی کچھ آپ حاصل کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔

جو میٹری اشکال کے اثرات پر نظر ثانی کریں جو باب نمبر 8 میں بیان کی گئی ہیں۔ میڈالے کی دیگر اقسام / اطرووں پر بھی غور کریں اور ان کے اثرات کو مد نظر رکھیں جن کا تذکرہ اگلے صفحات پر کیا گیا ہے۔ وہ علامات اور اشکال منتخب کریں جن کی آپ کو ضرورت ہے اور جو ان توانائیوں کو فعال بنائیں جو آپ میڈالہ کے ذریعے فعال بنانا چاہتے ہیں۔

اس کے بعد اپنے میڈالہ دائرے کے حید کے اندر مختلف لے آؤٹ (Layout) کے ساتھ تجربہ کریں۔ اس لے آؤٹ کو اس قدر باقی بنائے کہ کوشش کریں جس قدر ممکن

ہو سکے۔ ایک درجن مختلف لوگ وہی علامات اور حتیٰ کہ وہی رنگ استعمال کر سکتے ہیں لیکن جس طور وہ مینڈالا میں رکھیں گے وہ فرد تا فرد مختلف ہوگا اور اسے ایسا ہی ہونا چاہیے۔
مثال کے طور پر شفا یابی کا ایک عام مینڈالا..... شکل "شفا یابی کا مینڈالا" ملاحظہ ہو جو نیچے دی گئی ہے۔

شفا یابی کا مینڈالا



شفا یابی کا سادہ مینڈالا جس میں علامات استعمال کرتا ہے..... دائرہ..... چھ شعاعوں کا حامل اشارہ..... اور "بندہو" (BINDHU) یہ دل کے پیکرے کو فعال اور مستحکم بناتا ہے، یہ مراجعہ کرنے والے کو اس میں سمجھتا ہے..... توازن کی ایک نئی حالت میں۔

☆☆☆

یہ ان علامات اور اشکال کو استعمال کرتا ہے جو اس کتاب میں دی گئی ہیں۔ یہ تمام جسم کی تقویت اور استحکام کے لیے ہے۔ یہ مدافعتی نظام کے لیے بھی سودمند ہے۔ یہ دل کے پیکرے پر برہ قوت اثرات مرتب کرتا ہے۔ اس کی اثر پذیری میں اس وقت اضافہ ہوتا ہے جب مخالف رنگ استعمال کیے جاتے ہیں۔

مینڈالا میں رنگ زیادہ ذاتی نوعیت کے حامل بنائے جاسکتے ہیں۔ آپ اپنے علم نجوم / جوتی چارٹ کے ساتھ ششک رنگ استعمال کر سکتے ہیں (تین اہم ترین پہلو آپ کی سورج کی علامت..... چاند کی علامت..... اور چترتی ہوئی (RISING) علامت ہے۔

ان تینوں کے لیے رنگ آپ کی بنیادی توانائی کے مرنے کی بحالی میں معاون ثابت ہوں گے۔

آپ کا نام بھی ایک برہ قوت توانائی ہے۔ آپ کے نام کے مختلف عناصر کے ساتھ مخصوص رنگ ششک ہیں۔ یہ رنگ مخصوص توانائیوں کی علامات ہیں جو آپ نے کسی دوسری سطح پر کام کرنے کے لیے منتخب کی ہیں۔ وہ توانائی کے تمام نظام کو استحکام بخشتے ہیں۔ آپ چارٹ پہ عنوان "حروف تہجی اور رنگ" استعمال کرتے ہوئے اپنے نام کے رنگ اپنے مینڈالا میں استعمال کر سکتے ہیں اور اس طرح آپ کے لیے مینڈالا کے اثرات میں اضافہ ہو سکتا ہے۔

حروف تہجی اور رنگ

حروف	رنگ
A	سفید
B	زرہ
C	سرخ اور نیل
D	زمردی (EMERALD)
E	نیل
F	لائٹ سرخ (پکھلا سرخ) اور نیل
G	گہرا نیلا
H	چمکدار سرخ
I	سرخ-نیل
J	زرہ-سبز
K	نیل-نیل

L	زمردی
M	درآف پرل
N	نیلا۔ سبز
O	سیاہ
P	اسکارلٹ
Q	بنفش
R	اورنج اور امبر
S	نیلا
T	سبز۔ زرد
U	ارتھ ٹونز (EARTH TONES)
V	سرخ
W	سبز اور سلور
X	گہرا INDIGO
Y	ہلکا گولڈن (سٹیری) اور برائڈن
Z	پاسٹل (PASTEL) اور رنج

☆☆☆

شفایابی مینڈالامراقبہ

جب آپ اپنے مینڈالا کی قبر کے دوران ایک ایسے مرحلے پر آن پہنچتے ہیں جب آپ کی سمجھ میں نہیں آ رہا ہو تو کہاں کے بعد کیا کرتا ہے۔۔۔۔۔ آپ دک جائیں۔ آپ نے جو قابل وہ کچھ تحقیق کر لیا ہے جو اس وقت آپ کے لیے مناسب ہے۔ جب آپ اسے غم

کر لیں۔۔۔۔۔ اسے اپنے سے تقریباً 5۴4 فٹ دور اپنے سامنے رکھیں۔ محض بیٹھ جائیں اور 15۴10 منٹ اس کی جانب نگاہ کر دیکھتے رہیں۔ اس کی توانائیوں کو محسوس کریں۔ ہر اس چیز کا تصور کریں جو یہ آپ کے لیے انتہام دے گا۔ اس کے معافی پر غور کریں اور جوئی آپ اس کی جانب نگاہ کر دیکھ رہے ہوں اپنے آپ سے سوالات پوچھیں۔

کیا اسے دوسرے رنگوں کی ضرورت ہے؟

کیا آپ اسے سکون فراہم کرنے والا پاتے ہیں؟

توانائی فراہم کرنے والا پاتے ہیں؟

یہ تصور کرنے کی کوشش کریں کہ اس میں سے شفایابی کی لہروں کی صورت میں توانائی نکل رہی ہے اور آپ کو گھیرے ہوئے ہے اور آپ سے نکل کر ہے۔ اپنی آنکھیں بند کر لیں۔۔۔۔۔ اپنے دماغ میں اس کا تصور کریں۔ جوئی ہی آپ آنکھیں بند کیے اس کے سامنے بیٹھتے ہیں۔ آپ کے جسم کا کون سا حصا اسے مضبوطی کے ساتھ محسوس کرتا ہے۔

اور جب آپ اس سے دور بیٹھے ہوں۔۔۔۔۔ پر سکون ہوں۔۔۔۔۔ اسے توانائی کی لہروں میں حیرتا ہوا دیکھیں۔ اپنے آپ کو اس مینڈالا کے سین وسط میں دیکھیں اور اسے اپنے جسم میں جذب ہوتا دیکھیں۔ یہ تصور کریں کہ یہ مینڈالا چمک رہا ہے۔ محسوس کریں کہ اس کے اندر آپ کی تمام تر تمک (AURA) شفایابی کی توانائیوں کے ساتھ احاطہ کیے ہوئے ہے۔ یہ تصور بھی کریں کہ جس وقت بھی آپ اس کی جانب دیکھتے ہیں یا دماغ میں اس کا تصور کرتے ہیں۔ یہ خود کارانہ انداز میں آپ کے لیے کام کرنے کا آغاز کرتا ہے۔

جوئی ہی آپ مینڈالوں اور ان تمام تر مہارتوں کے ساتھ کام کرتے ہیں جو اس کتاب میں پیش کی گئی ہیں۔۔۔۔۔ آپ رنگوں کا ایک بالکل مختلف تاثر میں دیکھنا شروع کریں گے۔ جب بھی آپ کسی رنگ کو دیکھیں گے آپ یہ تسلیم کریں گے کہ یہ ایک روشن توانائی ہے اور آپ اسے اپنے اندر کی روشنی کے ہر دفی ٹکس کے طور پر دیکھیں گے۔

☆☆☆

باب نمبر 12

صحت کے بارے میں چند باتیں

ہر کوئی شغلاب ہو سکتا ہے۔

ہر کوئی اس توانائیوں کا علم فق چلا سیکھ سکتا ہے جو شغلابی کے عمل میں تیزی پیدا کر سکتی ہیں۔ اس کو جسمانی۔ جذباتی۔ ذہنی۔ اور روحانی سطح پر انجام دیا جاسکتا ہے۔ انسانی جو ہر ایک حیران کن چیز ہے۔ قہر ہے۔ صحت کے لیے اس کی اہمیت ہماری آشنائی کی مرہون منت ہے۔ شغلابی کی توانائی کی دستیاب مقدار جو ہم سب کو دستیاب ہے وہ ہماری اس اہمیت کی مرہون منت ہے کہ کم روزانہ اپنے آپ کو کس قدر پیار محبت اور توقیر دیتے ہیں اور دوسروں کو کس قدر پیار محبت اور توقیر عطا کر سکتے ہیں۔

شغلابی کے بہت سے طریقے موجود ہیں۔ آپ اس طریقوں کے بارے میں جس کسی سے بھی بات کریں گے وہ کسی نہ کسی طریقے کو بہترین بتائے گا۔ اس بارے میں یہ کسی کی رائے ایک نہیں ہو سکتی بلکہ مختلف لوگ مختلف رائے رکھتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ بہترین طریقہ وہ ہے جو آپ کے لیے کارگر ثابت ہوتا ہے۔ ہم میں سے ہر ایک مثالی توانائی کے نظام کا حامل ہے۔

یہ ہماری ذمہ داری ہے کہ ہم وہ طریقہ تلاش کریں یا طریقوں کا وہ مجموعہ تلاش کریں جو ہمارے لیے بہترین کارکردگی کا حامل ثابت ہو۔ اس کام میں وقت صرف ہوتا ہے اور مطالعہ بھی کرنا پڑتا ہے اور یہ ایک ایسا کام ہے جسے ہمارے معاشرے میں بہت سے افراد کرنے کے لیے تیار نہیں ہیں۔ یہ ایک حیران کن اسرار ہے کہ کوئی لوگ اپنے اجسام کے بارے میں کس قدر لاپرواہی سے کام لیتے ہیں۔ اپنے اجسام کے اعضا و ادیان کی کارکردگی کے بارے میں لاپرواہی کا مظاہرہ کرتے ہیں۔

”پہنے آپ کو جانتیں“۔ یہ الفاظ انتہائی کارگر ثابت ہو سکتے ہیں لیکن یہ الفاظ بہت سے

لوگوں کے لیے بہت سی مشکلات کھڑی کرتے ہیں۔ لوگ اپنے آپ کو جانے بہت وقت صرف کرنا نہیں چاہتے۔ لہذا وہ یہ ذمہ داری دوسروں کو سونپ دیتے ہیں۔ وہ ایسے افراد کی خدمات دولت کے عوض حاصل کرتے ہیں جو ان کے بارے میں ”جاننے“ کے فرائض انجام دیتے ہیں۔

شغلابی کے جتنے آپ کے اندر سے پھونکتے ہیں۔ جسم اپنی صحت بحال کرنے کی شاعرانہ اہمیت رکھتا ہے۔ روایتی ادویات اور معالج بھی مسائل کے حل کے لیے معاون ثابت ہو سکتے ہیں۔ لیکن وہ مسائل کی وجوہات کو درست کرنے میں اکثر کامیاب نہیں ہوتے۔ جدید ادویات جنہو اس بارے میں غیر فیکری کا شکار ہیں کہ مختلف بیماریاں کیسے مضر عام پڑ آتی ہیں۔ وہ کیوں کچھ لوگوں کو متاثر کرتی ہیں اور کچھ لوگوں کو متاثر نہیں کرتی ہیں؟ وہ کیا چیز ہے جو کچھ افراد کو بیمار کرتی ہے اور دیگر مسائل کا شکار بناتی ہے؟ ایسے الفاظ جیسے وائرس۔ بیکٹریا۔ کوروزا سمیت وغیرہ واقعی وضاحتیں ہرگز نہیں ہیں۔ وائرس اور بیکٹریا ہم سب کو ہر وقت گھیرے رہتا ہے، تب ایسا کیوں ہے کہ ہم کبھی بیمار پڑ جاتے ہیں اور کبھی بیمار نہیں پڑتے؟

یہ کتاب روایتی ادویات کا مقابلہ ثابت نہیں ہو سکتی۔ اس کتاب میں بتائے گئے طریقے شخص کو ذاتی کے اطلاق کا بیان ہیں جو ماضی میں دیگر لوگوں نے اپنا تھے اور مثبت نتائج سے ہمکنار ہوئے تھے۔ شغلابی کے ان طریقوں کو روایتی ادویات کے ساتھ بھی اپنایا گیا اور تجزیہ بھی اپنایا گیا تھا۔

ہر قسم کے علاج کے اپنے فوائد ہوتے ہیں۔ ایسا وقت بھی ہوتا ہے جبکہ روایتی ادویات بشمول سرجری صحت کی بحالی کے لیے انتہائی ضروری ہوتی ہے۔ لیکن وسیع پیمانے پر اس علاج کا سہارا لینے کا مطلب یہ ہے کہ آپ اس امر کو بھول جاتے ہیں آپ کو اپنی صحت کی بحالی پر کوئی کنٹرول یا ذمہ داری حاصل ہے۔

اگر اور کچھ نہیں..... یہ کتاب آپ کو یہ موقع فراہم کرے گا کہ آپ انسانی جو ہر کی یہ آئینہ نظائروں کا تجربہ کریں اور شغلابی کی اس اہمیت کا تجربہ کریں جو ہم سب کے اندر موجود ہے۔ ہم سب اپنے اجسام کی شغلابی میں معاون ثابت ہو سکتے ہیں اور اپنی ذاتی ذمہ داری کا مظاہرہ کر سکتے ہیں۔

شفایابی کی قابل روایات بہت سی کارگزاریاں سرانجام دیتی ہیں۔ یہ ہمارے شعور کو درست عطا کرتی ہیں اور یہ اس ہر کا مظاہرہ کرتی ہیں کہ ہم مناسب مہاتوں کی بدولت صورت حال میں تبدیلی لاسکتے ہیں۔ یہ ہمیں یہ بتاتی ہیں کہ ہمیں اپنے بارے میں جاننے کی ضرورت درپیش ہے اور یہ جاننے کی بھی ضرورت ہے کہ ہم اپنی ذات پر کیا کنٹرول کر سکتے ہیں۔

ایک مرتبہ تجر پر کرنے کے بعد۔۔۔ ہماری زندگیوں پہلے جیسی نہیں رہ سکتیں۔ دنیا میں ہر ایک چیز عظیم اہمیت کی حامل ہے۔ ہر ایک لفظ اپنی اہمیت کا حامل ہے۔ آپ کے علم میں یہ بات آئے گی کہ آپ اپنی بیماری اور طبل صحت کو کنٹرول کر سکتے ہیں۔ آپ کے پاس حق انتخاب موجود ہے۔ آپ زندگی سے زیادہ آشنائی حاصل کر سکتے ہیں اور اس توانائی کے بارے میں بھی آشنائی حاصل کر سکتے ہیں جو ہمارے اندر اور ہمارے ارد گرد موجود ہے۔ آپ اس امر سے آشنا ہو سکتے ہیں کہ سب کچھ حقیقت میں ممکن ہے۔

ہمیں جو کچھ دیکھنا ہے اس کا ایک حصہ یہ بھی ہے کہ ہمارے اندر رہائی پنکھاری موجود ہے۔ ہم یہاں یہ دیکھنے کے لیے موجود ہیں کہ زندگی درست طور پر گزاری جاسکتی ہے۔ ہم یہ دیکھنے کے لیے بھی موجود ہیں کہ زندگی کو کیسے درست بنانا ہے۔ لوگ اپنی دعاؤں کے کی قبولیت کے اثرات موصول کرتے ہیں۔ شفایابی کے تجربے سے دوچار ہوتے ہیں اور وہ بے ساختہ پکاراٹھتے ہیں کہ:

”اگہائی حیران کن چیز رونما ہوئی ہے!“

حقیقت یہ ہے کہ دعاؤں کے جواب کا تصور کیا جاسکتا ہے۔ معجزات رونما ہونے کا تصور کیا جاسکتا ہے۔ شفایابی کے حصول کا تصور کیا جاسکتا ہے۔ حیران کن چیز جب ہوگی اگر یہ سب کچھ وقوع پذیر نہ ہو۔

جب ہم بچے تھے۔ ہماری کوئی حدود نہ تھیں۔ ہر چیز ممکن تھی۔ ہمیں دنیا کی چمک دمک کو دوبارہ دیکھنا ہوگا۔ اب بھی ہم جوئی موجود ہے۔ صحت اور اس سے حاصل ہونے والی خوشی بھی ہماری زندگیوں میں جنم لے سکتی ہے۔ مجھے امید ہے کہ اس کتاب کی مہاتوں کے ذریعے آپ اپنی زندگی میں روشنی اور رنگ کی پیدائش کو کا تجربہ کریں گے اور جواب میں آپ دوسروں کے لیے بھی روشنی بنیں گے۔



چوہدری غلام رسول اینڈ سنز پبلشرز

انسٹیکوٹ مارکیٹ، اردو بازار لاہور فون: 3422222-3422222



ISBN 978-99-522-004-2



(7476764)